

**Завтрак**

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак**

200	<b>Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" на молоке</b> <i>молоко пастеризованное, крупа «геркулес», сахар-песок, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-237, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-40
180	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15
30	<b>Хлеб пшеничный 30 гр</b>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
10	<b>Хлеб ржаной 10 гр</b>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
40	<b>Вафли</b>	Калорийность (ЭЦ)-310, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-49
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность (ЭЦ)-887, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-163
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-887, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-163



Директор

Халилов Рабадан  
Исмаилович