

**Завтрак**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
150	<b>Запеканка из вермишели с яйцом</b> <i>яйцо, вермишель, масло сливочное</i>	Калорийность (ЭЦ)-2
20	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6
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
140	<b>Мандарин</b>	Калорийность (ЭЦ)-38, Белки-1, Углеводы-8
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность (ЭЦ)-456, Белки-15, Жиры-7, Углеводы-82
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-456, Белки-15, Жиры-7, Углеводы-82

Директор

Халилов Рабадан  
Исмаилович