

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
80	Салат из моркови с яблоком <i>моркови, яблоко, масло растительное, соль, сахар-песок</i>	Калорийность (ЭЦ)-127, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-32
80	Курица отварная <i>мясо кур, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-142, Белки-14, Жиры-7
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-222, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35
180	Компот ягодный <i>ягоды замороженные, сахар-песок</i>	Калорийность (ЭЦ)-63, Углеводы-23
30	Хлеб пшеничный 30 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
10	Хлеб ржаной 10 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-835, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-150
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-835, Белки-31, Жиры-17, Углеводы-150

Директор

Халилов Рабадан
Исмаилович