

# Завтрак

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

## Завтрак

150	<b>Вермишель со сливочным маслом</b> <i>вермишель, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-313, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-49
40	<b>Яйца вареные</b>	Калорийность (ЭЦ)-2
55	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>хлеб пшеничный, повидло</i>	Калорийность (ЭЦ)-127, Белки-2, Углеводы-28
10	<b>Хлеб ржаной 10 гр</b>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
180	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты (смесь), сахар-песок</i>	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Углеводы-25

---

**Итого за Завтрак** Калорийность (ЭЦ)-689, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-132

---

**Итого за день** Калорийность (ЭЦ)-689, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-132



Директор

Халилов Рабадан  
Исмаилович