

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Запеканка из вермишели с яйцом <small>яйцо, вермишель, масло сливочное</small>	Калорийность (ЭЦ)-2
25	повидло	Калорийность (ЭЦ)-127, Белки-2, Углеводы-28
30	Хлеб пшеничный 30 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
10	Хлеб ржаной 10 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты (смесь), сахар-песок</small>	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Углеводы-25
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-518, Белки-13, Жиры-1, Углеводы-112
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-518, Белки-13, Жиры-1, Углеводы-112

Директор _____
Исполнитель _____

