

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	Плов из курицы <i>мясо кур , крупа рисовая , морковь , лук репчатый , масло сливочное , соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-413, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-37
180	Чай с сахаром <i>сахар-песок , чай черный</i>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15
10	Хлеб ржаной 10 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
30	Хлеб пшеничный 30 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-753, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-111
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-753, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-111



Директор

Халилов Рабадан
Исмаилович