

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	<u>Завтрак</u>	
200	Плов из курицы <small>мясо кур., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-413, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-37
180	Сок	Калорийность (ЭЦ)-50, Углеводы-11
30	Хлеб пшеничный 30 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
10	Хлеб ржаной 10 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
40	Вафли	Калорийность (ЭЦ)-310, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-49
	Итого за Завтрак	Калорийность (ЭЦ)-1 055, Белки-31, Жиры-34, Углеводы-157
	Итого за день	Калорийность (ЭЦ)-1 055, Белки-31, Жиры-34, Углеводы-157

Директор **Халилов Рабадан**
Исламович

