

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" с изюмом <small>молоко пастеризованное, крупа «геркулес», сахар-песок, масло сливочное, изюм, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-237, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-40
55	Бутерброд с повидлом <small>хлеб пшеничный, повидло</small>	Калорийность (ЭЦ)-127, Белки-2, Углеводы-28
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15
10	Хлеб ржаной 10 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-563, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-113
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-563, Белки-14, Жиры-6, Углеводы-113

Директор  Халилов Рабадан
Исмаилович

Хлеб пшеничный

30гр.

мг 0,5