

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пер. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150	Запеканка из вермишели с яйцом <i>яйцо, вермишель, масло сливочное</i>	Калорийность (ЭЦ)-2
20	Сыр порциями	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6
180	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15
30	Хлеб пшеничный 30 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
10	Хлеб ржаной 10 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-418, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-74
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-418, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-74



Директор

Халилов Рабадан
Исманлович