

**Завтрак**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
160	<b>Макаронные изделия, запеченные с сыром</b> <small>макаронные изделия, масло сливочное, сыр, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-290, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-35
40	<b>Яйца вареные</b>	Калорийность (ЭЦ)-2
180	<b>Какао с молоком</b> <small>молоко пастеризованное, сахар-песок, какао-порошок</small>	Калорийность (ЭЦ)-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23
30	<b>Хлеб пшеничный 30 гр</b>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
10	<b>Хлеб ржаной 10 гр</b>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
150	<b>Яблоки</b>	Калорийность (ЭЦ)-31, Углеводы-7
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность (ЭЦ)-772, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-124
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-772, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-124

Директор

Халилов Рабадан  
Исмаилович