

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
80	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом <small>капуста белокочанная, морковь, масло растительное, зелень, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22
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	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
30	Хлеб пшеничный 30 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-860, Белки-27, Жиры-28, Углеводы-133
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-860, Белки-27, Жиры-28, Углеводы-133

Директор

Халилов Рабадан
Исмаилович