

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

200	Каша манная жидкая молочная молоко пастеризованное, крупа манная, сахар-песок, масло сливочное, соль	Калорийность (ЭЦ)-236, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-32
55	Бутерброд с повидлом хлеб пшеничный, повидло	Калорийность (ЭЦ)-127, Белки-2, Углеводы-28
40	Яйца вареные	Калорийность (ЭЦ)-2
180	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный	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-10, Углеводы-104
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-563, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-104

