

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Молочный плов с изюмом		48-77
	<i>яйцо, молоко пастеризованное, крупа рисовая, изюм, масло сливочное, сахар-песок, курага сухофрукт</i>		
20	Сыр порциями	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6	9-32
200	Какао с молоком	Калорийность (ЭЦ)-186, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25	18-09
	<i>молоко пастеризованное, сахар-песок, какао-порошок</i>		
30	Хлеб пшеничный	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-3, Углеводы-22	0-96
10	Хлеб ржаной	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	0-40
50	Зефир	Калорийность (ЭЦ)-163, Углеводы-40	9-17
110	Мандарин	Калорийность (ЭЦ)-30, Белки-1, Углеводы-6	10-64
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-630, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-108	97-35
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-630, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-108	97-35

Директор

Фирюхов О.И.

