

02.03.2023 (четверг)

Школа Завтраки

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

Директор



Обед

Итого за Обед

Итого за день

