

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<i>Завтрак</i>		
80	<i>Курица отварная</i>	Калорийность (ЭЦ)-142, Белки-14, Жиры-7
150	<i>Рис отварной</i>	Калорийность (ЭЦ)-138, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-24
50	<i>Бутерброд с вареной колбасой</i>	Калорийность (ЭЦ)-105, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-15
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Углеводы-25
150	<i>Фрукт</i>	Калорийность (ЭЦ)-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21
100	<i>Йогурт</i>	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
1	<i>Витаминно-минеральный комплекс</i>	
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-649, Белки-28, Жиры-17, Углеводы-93
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-649, Белки-28, Жиры-17, Углеводы-93

Заведующая
столовой

Ахмедова
Гюльнара
Керимовна

