

Завтрак.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<i>Завтрак</i>			
	<i>Каша из хлопьев овсянных</i>		
200	<i>"Геркулес" с изюмом и курагой</i>	Калорийность (ЭЦ)-237, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-43,75	26-13
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	1-07
200	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15	1-51
1	<i>Круассан</i>	Калорийность (ЭЦ)-45, Белки-1, Углеводы-10	16
20	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность (ЭЦ)-113, Белки-5, Жиры-9	8-48
40	<i>Яйца вареные</i>	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-5, Жиры-5	5-22
1	<i>Витаминно-минеральный комплекс</i>		4-07
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-587, Белки-20, Жиры-20. Углеводы-83.75	52-48
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-587, Белки-20, Жиры-20. Углеводы-83.75	52-48

Заведующая
столовой



С. С. Кепимова