

| Выход (г) | Наименование блюда | Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|-------------------------|--------------------------------------|--|
| <u>Завтрак</u> | | |
| 50 | <i>Сосиски отварные</i> | Калорийность (ЭЦ)-118, Белки-5, Жиры-10 |
| 150 | <i>Вермишель со сливочным маслом</i> | Калорийность (ЭЦ)-313, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-49 |
| 50 | <i>Бутерброд с сыром</i> | Калорийность (ЭЦ)-102, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-10 |
| 200 | <i>Какао с молоком</i> | Калорийность (ЭЦ)-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23 |
| 80 | <i>Мандарин</i> | Калорийность (ЭЦ)-30, Белки-1, Углеводы-6 |
| 40 | <i>Вафли</i> | Калорийность (ЭЦ)-310, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-49 |
| Итого за Завтрак | | Калорийность (ЭЦ)-1 040, Белки-32, Жиры-40, Углеводы-137 |
| Итого за день | | Калорийность (ЭЦ)-1 040, Белки-32, Жиры-40, Углеводы-137 |

Директор

Фарухова
Ольга
Чигалиевна



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

Завтрак

| | | |
|-----|-----------------------------------|--|
| 80 | <i>Котлеты куриные из фарша</i> | Калорийность (ЭЦ)-171, Белки-3, Жиры-11, Углеводы-15 |
| 150 | <i>Каша гречневая рассыпчатая</i> | Калорийность (ЭЦ)-260, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-34 |
| 50 | <i>Бутерброд с повидлом</i> | Калорийность (ЭЦ)-127, Белки-2, Углеводы-28 |
| 200 | <i>Сок</i> | Калорийность (ЭЦ)-100, Углеводы-23 |
| 80 | <i>Мандарин</i> | Калорийность (ЭЦ)-30, Белки-1, Углеводы-6 |
| 50 | <i>Печенье</i> | Калорийность (ЭЦ)-175, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-34 |

Итого за Завтрак Калорийность (ЭЦ)-863,
Белки-17, Жиры-31,
Углеводы-141

Итого за день Калорийность (ЭЦ)-863,
Белки-17, Жиры-31,
Углеводы-141

Директор

Фарухова
Ольга
Чигалиевна

