

25.12.2020

Завтрак.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Фрукт	Калорийность (ЭЦ)-95, Белки-2, Углеводы-18
20	Сыр порциями	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6
150	Вермишель со сливочным маслом	Калорийность (ЭЦ)-313, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-49
40	Кондитерские изделия	Калорийность (ЭЦ)-306, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-78
100	Филе птицы, тушенное в сливочном соусе	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-3
200	Какао с молоком	Калорийность (ЭЦ)-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23
30	Хлеб пшеничный	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-1 167, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-185
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-1 167, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-185

Директор

Фарухова
Ольга
Чигалиевна

