

Завтрак.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	<i>Фрукт</i>	Калорийность (ЭЦ)-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21
200	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность (ЭЦ)-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23
180	<i>Макаронные изделия, запеченные с сыром</i>	Калорийность (ЭЦ)-290, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-35
50	<i>Бутерброд с вареной колбасой</i>	Калорийность (ЭЦ)-105, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-15
50	<i>Кондитерские изделия</i>	Калорийность (ЭЦ)-175, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-34
1	<i>Витаминно-минеральный комплекс</i>	
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-833, Белки-24, Жиры-31, Углеводы-128
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-833, Белки-24, Жиры-31, Углеводы-128

Директор МАУ "Дербентгорснаб"

Фарухова Ольга Чигалиевна



Завтрак.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
40	<i>Яйца вареные</i>	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-5, Жиры-5
100	<i>Йогурт</i>	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
200	<i>Каша рисовая на молоке</i>	Калорийность (ЭЦ)-155, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-40
200	<i>Сок</i>	Калорийность (ЭЦ)-100, Углеводы-23
150	<i>Фрукт</i>	Калорийность (ЭЦ)-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21
40	<i>Бутерброд с маслом</i>	Калорийность (ЭЦ)-151, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-13
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-627, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-106
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-627, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-106

Директор МАУ "Дербентгорснаб"

Фарухова Ольга Чигалиевна

