

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Завтрак</i>			
100	<i>Филе курицы, тушенное в соусе томатном</i>	Калорийность (ЭЦ)-100, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-5	32-23
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	1-07
180	<i>Сок</i>	Калорийность (ЭЦ)-90, Углеводы-21	9-78
150	<i>Мандарин</i>	Калорийность (ЭЦ)-57, Белки-1, Углеводы-11	13-75
10	<i>Масло сливочное порциями</i>	Калорийность (ЭЦ)-66, Жиры-7	5-94
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Калорийность (ЭЦ)-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-33	8-61
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-632, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-87	71-38
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-592, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-85	71-38

Заведующая
столовой



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	16-13
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	1-11
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	52-52
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-587, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-83,75	52-52

Заведующая
столовой
Ахмедова
Гюльнара
Керимовна

