

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Курица отварная	Калорийность (ЭЦ)-177, Белки-18, Жиры-9	30-00
150	Вермишель со сливочным маслом	Калорийность (ЭЦ)-313, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-49	8-23
15	Масло сливочное порциями	Калорийность (ЭЦ)-132, Жиры-15	10-35
180	Какао с молоком	Калорийность (ЭЦ)-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23	15-12
30	Хлеб пшеничный	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-3, Углеводы-22	1-17
10	Хлеб ржаной	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15	0-49
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-966, Белки-37, Жиры-39, Углеводы-110	65-37
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-966, Белки-37, Жиры-39, Углеводы-110	65-37

