

Осень/9 (Меню)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
100/30	<i>Запеканка творожная с изюмом и джемом</i>	Калорийность-436, Белки-15, Жиры-21, Углеводы-22
200	<i>Каша рисовая молочная с маслом сливочным</i>	
50/150	<i>Кукурузная хлопья с молоком</i>	Калорийность-248, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-35
200	<i>Какао с молоком</i>	
30	<i>Батон завтрак</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Завтрак		
		Калорийность-755, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-72
<u>специи</u>		
11	<i>соль</i>	
Итого за специи		
		Калорийность-755, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-72