

ЗАВТРАК

 день 16

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда**  | **Пищевые вещества**  | **Энергетическая ценность**  |
| Б | Ж | У |
| **каша молочная «Геркулес»** | **200** | **7,83** | **9,14** | **24,46** | **210,39** |
| **хлеб с маслом** | **20\8** | **1,58** | **5,98** | **10,04** | **98,08** |
| кофейный напиток с молоком | 180 | 2.52 | 2.26 | 12.22 | 77.23 |
| фрукты свежие (банан) | 100 | 1,50 | 0,10 | 19,20 | 89,00 |

