

ЗАВТРАК

день 19

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность** |
| Б | Ж | У |
| **каша манная молочная** | **200** | **6,34** | **7,30** | **23,19** | **182,99** |
| **яйцо отварное** | **1 шт.** | **6,35** | **5,75** | **0,35** | **78,50** |
| **хлеб с маслом** | **20\8** | **1,58** | **5,98** | **10,04** | **98,08** |
| **коф. напиток с молоком** | **180** | **2,52** | **2,26** | **12,22** | **77,23** |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |
| **фрукты свежие(яблоки)** | **100** | **0,40** | **0,40** | **9,80** | **38,00** |

