**ЗАВТРАК #2**

* **Овсяная молочная каша 200 г.**

(Б 6,4 / Ж 8,2 / У 28,4 - Ккал 204)

* **Сэндвич с ветчиной и сыром 230 г.**

(Б 20 / Ж 29,4 / У 31 - Ккал 468)

* **Орешки + цукаты микс 30 г.**

(Б 3 / Ж 8 / У 16 - Ккал 144)