

# Меню корпус

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>завтрак</u>		
40	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>масло сливочное, хлеб пшеничный</i>	ЭЦ-122, Б-2, Ж-8, У/В-10
200	<b>Кофейный напиток</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-128, У/В-33
30	<b>Хлеб 30г</b>	ЭЦ-71, Б-2, У/В-15
200	<b>Каша манная</b> <i>молоко сгущенное, крупа манная, масло сливочное</i>	
<b>Итого за завтрак</b>		ЭЦ-321, Б-4, Ж-8, У/В-58
<u>обед</u>		
200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста, картофель, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-90, Б-2, Ж-5, У/В-8
180	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>макаронны, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/В-21
100	<b>Рыба припущенная</b> <i>минтай, мука, масло растительное</i>	ЭЦ-95, Б-13, Ж-5
100	<b>Салат из белокочанной капусты</b> <i>капуста, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У/В-6
80	<b>Соус томатный</b> <i>томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/В-8
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/В-15
120	<b>Хлеб 120г</b>	ЭЦ-107, Б-3, У/В-22
<b>Итого за обед</b>		ЭЦ-592, Б-23, Ж-19, У/В-80
<u>Полдник</u>		
200	<b>Компот из сухофрукт</b> <i>сухофрукты, сахар</i>	ЭЦ-59, У/В-5
40	<b>Пряники</b>	
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-59, У/В-5
<u>Ужин</u>		
30	<b>Хлеб 30г</b>	ЭЦ-71, Б-2, У/В-15
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/В-15
250	<b>Картофель с мясом</b> <i>картофель, капуста, кури, масло растительное, лук репчатый</i>	ЭЦ-219, Б-14, Ж-12, У/В-11
<b>Итого за Ужин</b>		ЭЦ-347, Б-16, Ж-12, У/В-41
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1319, Б-43, Ж-39, У/В-184

Директор  Васильев Д.В.

Составил  Бирюкова Л.И.