

# Меню корпус

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

## завтрак

40 **Бутерброд с маслом** ЭЦ-122, Б-2, Ж-8, У/в-10

*масло сливочное, хлеб пшеничный*

200 **Кофейный напиток** ЭЦ-128, У/в-33

*сахар, кофейный напиток*

30 **Хлеб 30г** ЭЦ-71, Б-2, У/в-15

200 **Каша пшеничная** ЭЦ-139, Б-5, Ж-1, У/в-27

*молоко сгущенное, пшеничная, соль*

**Итого за завтрак** ЭЦ-460, Б-9, Ж-9, У/в-85

## обед

200 **Суп харчо** ЭЦ-44, Б-2, Ж-1, У/в-6

*картофель, рис, томатная паста, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль*

200 **Картофельное пюре** ЭЦ-103, Б-2, Ж-5, У/в-10

*картофель, молоко, масло сливочное, соль*

100 **Рыба припущенная** ЭЦ-95, Б-13, Ж-5

*минтай, мука, масло растительное*

80 **Соус томатный** ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/в-8

*томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль*

200 **Чай с сахаром** ЭЦ-57, У/в-15

*сахар, чай*

120 **Хлеб 120г** ЭЦ-107, Б-3, У/в-22

**Итого за обед** ЭЦ-462, Б-21, Ж-13, У/в-61

## Полдник

200 **Компот из сухофрукт** ЭЦ-59, У/в-5

*сухофрукты, сахар*

40 **Пряники**

**Итого за Полдник** ЭЦ-59, У/в-5

## Ужин

30 **Хлеб 30г** ЭЦ-71, Б-2, У/в-15

200 **Чай с сахаром** ЭЦ-57, У/в-15

*сахар, чай*

100 **Гуляш** ЭЦ-189, Б-11, Ж-14, У/в-5

*куры, лук репчатый, морковь, мука, масло растительное, соль*

180 **Макаронные изделия отварные** ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/в-21

*макаронны, масло сливочное, соль*

**Итого за Ужин** ЭЦ-451, Б-16, Ж-18, У/в-56

**Итого за день** ЭЦ-1 432, Б-46, Ж-40, У/в-207

Директор

*[Подпись]*  
Васильев Д.В.

Составил

*[Подпись]*  
Бирюкова Л.И.

