

## Меню корпус

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>завтрак</u></b>		
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
<b><u>обед</u></b>		
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
200	<b>Борщ</b> <i>картофель, свекла, капуста, морковь, томатная паста, масло растительное, лук репчатый, соль</i>	ЭЦ-170, Б-8, Ж-8, У/в-12
100	<b>Туляш</b> <i>куры, лук репчатый, морковь, мука, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-189, Б-11, Ж-14, У/в-5
180	<b>Рис отварной</b> <i>рис, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-1 776, Б-24, Ж-85, У/в-222
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-2 352, Б-47, Ж-110, У/в-282
<b><u>Полдник</u></b>		
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
40	<b>Пряники</b>	
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-57, У/в-15
<b><u>Ужин</u></b>		
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
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
70	<b>Котлеты</b> <i>котлеты, масло растительное</i>	ЭЦ-110, Б-8, Ж-4, У/в-10
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>крупа гречневая, соль</i>	ЭЦ-222, Б-6, Ж-10, У/в-28
<b>Итого за Ужин</b>		ЭЦ-516, Б-17, Ж-16, У/в-76
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-3 246, Б-68, Ж-134, У/в-431