

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 гречневая** ЭЦ-326, Б-6, Ж-12, У/в-49

молоко сгущенное, крупа гречневая, масло сливочное, соль

Итого за завтрак ЭЦ-647, Б-10, Ж-20, У/в-107

обед

200 **Суп вермишелевый** ЭЦ-164, Б-8, Ж-8, У/в-17

картофель, макароны, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль

100 **Куры** ЭЦ-278, Б-14, Ж-14, У/в-23

куры, соль

180 **Рис отварной** ЭЦ-1 776, Б-24, Ж-85, У/в-222

рис, масло сливочное, соль

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-2 438, Б-50, Ж-109, У/в-307

Полдник

200 **Чай с сахаром** ЭЦ-57, У/в-15

сахар, чай

100 **Блинчики** ЭЦ-213, Б-4, Ж-5, У/в-38

мука, варенье, яйцо, масло сливочное, масло растительное, сахар, соль

Итого за Полдник ЭЦ-270, Б-4, Ж-5, У/в-53

Ужин

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

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

30 **Хлеб 30г** ЭЦ-71, Б-2, У/в-15

200 **Чай с сахаром** ЭЦ-57, У/в-15

сахар, чай

100 **Куры** ЭЦ-278, Б-14, Ж-14, У/в-23


куры, соль

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

макароны, масло сливочное, соль

Итого за Ужин ЭЦ-596, Б-20, Ж-20, У/в-82

Итого за день ЭЦ-3 951, Б-84, Ж-154, У/в-549

Директор  Васильев Д.В.; Бухгалтер Виль Турюкова Л.С.