

Меню корпус

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

завтрак

| | | |
|-----|---|--------------------------|
| 200 | Каша пшеничная <i>молоко сгущенное, пшеничная, соль</i> | ЭЦ-139, Б-5, Ж-1, У/В-27 |
| 40 | Бутерброд с маслом <i>масло сливочное, хлеб пшеничный</i> | ЭЦ-122, Б-2, Ж-8, У/В-10 |
| 200 | Кофейный напиток <i>сахар, кофейный напиток</i> | ЭЦ-128, У/В-33 |
| 30 | Хлеб 30г | ЭЦ-71, Б-2, У/В-15 |

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

обед

| | | |
|-----|---|--------------------------|
| 200 | Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста, картофель, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, соль</i> | ЭЦ-90, Б-2, Ж-5, У/В-8 |
| 180 | Макаронные изделия отварные <i>макароны, масло сливочное, соль</i> | ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/В-21 |
| 70 | Котлеты <i>котлеты, масло растительное</i> | ЭЦ-110, Б-8, Ж-4, У/В-10 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар, чай</i> | ЭЦ-57, У/В-15 |
| 100 | Салат из белокочанной-капусты <i>капуста, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i> | ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У/В-6 |
| 120 | Хлеб 120г | ЭЦ-107, Б-3, У/В-22 |

Итого за обед ЭЦ-551, Б-17, Ж-16, У/В-82

Полдник

| | | |
|-----|--|--------------|
| 200 | Компот из сухофрукт <i>сухофрукты, сахар</i> | ЭЦ-59, У/В-5 |
| 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 <i>сахар, чай</i> | ЭЦ-57, У/В-15 |
| 250 | Картофель с мясом <i>картофель, мясо, масло растительное, лук репчатый</i> | ЭЦ-219, Б-14, Ж-12, У/В-11 |

Итого за Ужин ЭЦ-347, Б-16, Ж-12, У/В-41

Итого за день ЭЦ-1 417, Б-42, Ж-37, У/В-213

Составил В.И. Бирюкова Л.И.

