ГКОУ "АККК им. Г.Н. Трошева"

21.01.2023

Меню корпус

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	завтрак	
200	**Яйцо вареное** *яйцо, соль*	ЭЦ-101, Б-5, Ж-8, У/в-1
40	**Бутерброд с маслом** *масло сливочное, хлеб пшеничный*	ЭЦ-122, Б-2, Ж-8, У/в-10
200	**Кофейный напиток** *сахар, кофейный напиток*	ЭЦ-128, У/в-33
30	**Хлеб 30г**	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
	Итого за завтрак	ЭЦ-422, Б-9, Ж-16, У/в-59
	обед	
200	**Суп харчо** *картофель, рис, томатная паста, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль*	ЭЦ-44, Б-2, Ж-1, У/в-6
180	**Макаронные изделия отварные** *макароны, масло сливочное, соль*	ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/в-21
100	**Куры** *куры, соль*	ЭЦ-278, Б-14, Ж-14, У/в-23
80	**Соус томатный** *томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль*	ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/в-8
200	**Компот из сухофрукт** *сухофрукты, сахар*	ЭЦ-59, У/в-5
120	**Хлеб 120г**	ЭЦ-107, Б-3, У/в-22
	Итого за обед	ЭЦ-678, Б-23, Ж-21, У/в-85
	Полдник	
200	**Чай с сахаром** *сахар, чай*	ЭЦ-57, У/в-15
100	**Блинчики** *мука, молоко, варенье, яйцо, масло сливочное, масло растительное, сахар, соль*	ЭЦ-213, Б-4, Ж-5, У/в-38
	Итого за Полдник	ЭЦ-270, Б-4, Ж-5, У/в-53
	Ужин	
80	**Соус томатный** *томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль*	ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/в-8
30	**Хлеб 30г**	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
200	**Чай с сахаром** *сахар, чай*	ЭЦ-57, У/в-15
70	**Котлеты** *котлеты, масло растительное*	ЭЦ-110, Б-8, Ж-4, У/в-10
180	**Каша гречневая рассыпчатая** *крупа гречневая, соль*	ЭЦ-222, Б-6, Ж-10, У/в-28
	Итого за Ужин	ЭЦ-516, Б-17, Ж-16, У/в-76
	Итого за день	ЭЦ-1 886, Б-53, Ж-58, У/в-273

Директор Васильев Д.В. Бирюкова Л.М. Бир