

Меню корпус

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

завтрак

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

200 **Запеканка**

ЭЦ-6 545, Б-221, Ж-292, У/В-771

крупа манная, творог, молоко сгущенное, молоко, масло сливочное, яйцо, соль

Итого за завтрак ЭЦ-6 866, Б-225, Ж-300, У/В-829

обед

200 **Суп вермишелевый**

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

ЭЦ-164, Б-8, Ж-8, У/В-17

200 **Плов**

куры, рис, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль

ЭЦ-311, Б-13, Ж-15, У/В-30

100 **Салат из свеклы**

свекла, соль, масло растительное

ЭЦ-43, Б-1, Ж-1, У/В-7

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-684, Б-25, Ж-24, У/В-81

Полдник

200 **Чай с сахаром**

сахар, чай

ЭЦ-57, У/В-15

40 **Пряники**

Итого за Полдник ЭЦ-57, У/В-15

Ужин

70 **Котлеты**

котлеты, масло растительное

ЭЦ-110, Б-8, Ж-4, У/В-10

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

180 **Каша гречневая рассыпчатая** ЭЦ-222, Б-6, Ж-10, У/В-28

крупа гречневая, соль

Итого за Ужин ЭЦ-516, Б-17, Ж-16, У/В-76

Итого за день ЭЦ-8 123, Б-267, Ж-340, У/В-1 001

Директор

Васильев Д.В.

Составил

Бирюкова Л.И.

