

# Меню корпус

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>завтрак</b>		
40	<b>Бутерброд с маслом</b> масло сливочное, хлеб пшеничный	ЭЦ-122, Б-2, Ж-8, У/в-10
200	<b>Кофейный напиток</b> сахар, кофейный напиток	ЭЦ-128, У/в-33
30	<b>Хлеб 30г</b>	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
200	<b>Каша гречневая</b> молоко сгущенное, крупа гречневая, масло сливочное, соль	ЭЦ-326, Б-6, Ж-12, У/в-49
<b>Итого за завтрак</b>		ЭЦ-647, Б-10, Ж-20, У/в-107
<b>обед</b>		
200	<b>Суп вермишелевый</b> картофель, макароны, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль	ЭЦ-164, Б-8, Ж-8, У/в-17
100	<b>Куры</b> куры, соль	ЭЦ-278, Б-14, Ж-14, У/в-23
180	<b>Рис отварной</b> рис, масло сливочное, соль	ЭЦ-1 776, Б-24, Ж-85, У/в-222
80	<b>Соус томатный</b> томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль	ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/в-8
200	<b>Компот из сухофрукт</b> сухофрукты, сахар	ЭЦ-59, У/в-5
120	<b>Хлеб 120г</b>	ЭЦ-107, Б-3, У/в-22
<b>Итого за обед</b>		ЭЦ-2 440, Б-50, Ж-109, У/в-297
<b>Полдник</b>		
200	<b>Чай с сахаром</b> сахар, чай	ЭЦ-57, У/в-15
100	<b>Булочка</b> молоко, мука, изюм, яйцо, масло сливочное, масло растительное, сахар, соль	ЭЦ-224, Б-5, Ж-6, У/в-38
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-281, Б-5, Ж-6, У/в-53
<b>Ужин</b>		
80	<b>Соус томатный</b> томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль	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> сахар, чай	ЭЦ-57, У/в-15
70	<b>Котлеты</b> котлеты, масло растительное	ЭЦ-110, Б-8, Ж-4, У/в-10
180	<b>Макаронные изделия отварные</b> макароны, масло сливочное, соль	ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/в-21
<b>Итого за Ужин</b>		ЭЦ-428, Б-14, Ж-10, У/в-69
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-3 796, Б-79, Ж-145, У/в-526



Васильев Д.В. бухгалтер БУФ