


Меню корпус

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>завтрак</u>		
200	Омлет из яиц <i>яйцо, молоко, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-101, Б-5, Ж-8, У/в-1
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-422, Б-9, Ж-16, У/в-59
<u>обед</u>		
200	Суп харчо <i>картофель, рис, томатная паста, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-44, Б-2, Ж-1, У/в-6
180	Макаронные изделия отварные <i>макаронны, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/в-21
100	Куры <i>куры, соль</i>	ЭЦ-278, Б-14, Ж-14, У/в-23
80	Соус томатный <i>томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/в-8
200	Компот из сухофрукт <i>сухофрукты, сахар</i>	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
<u>Полдник</u>		
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
100	Блинчики <i>мука, варенье, яйцо, масло сливочное, масло растительное, сахар, соль</i>	ЭЦ-213, Б-4, Ж-5, У/в-38
Итого за Полдник		ЭЦ-270, Б-4, Ж-5, У/в-53
<u>Ужин</u>		
80	Соус томатный <i>томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/в-8
30	Хлеб 30г	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
70	Котлеты <i>котлеты, масло растительное</i>	ЭЦ-110, Б-8, Ж-4, У/в-10
180	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупя гречневая, соль</i>	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 С.А. Васильев Бухгалтер Вирюкова