

Меню корпус

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
завтрак		
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
200	Запеканка творожная <i>творог, мука, молоко, крупа манная, повидло, сахар, яйцо, масло сливочное</i>	ЭЦ-467, Б-16, Ж-21, У/В-55
Итого за завтрак		ЭЦ-788, Б-20, Ж-29, У/В-113
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>макаронны, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/В-21
100	Рыба припущенная <i>минтай, мука, масло растительное</i>	ЭЦ-95, Б-13, Ж-5
100	Салат из белокочанной капусты <i>капуста, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У/В-6
80	Соус томатный <i>томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/В-8
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/В-15
120	Хлеб 120г	ЭЦ-107, Б-3, У/В-22
Итого за обед		ЭЦ-592, Б-23, Ж-19, У/В-80
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, капуста, кури, 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-1 786, Б-59, Ж-60, У/В-239

Директор

Васильев Д.В.

Составил

Бирюкова Л.И.