

Меню корпус

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

завтрак

200 **Каша пшеничная** ЭЦ-219, Б-6, Ж-7, У/в-32

молоко сгущенное, пшено, соль

40 **Бутерброд с маслом** ЭЦ-122, Б-2, Ж-8, У/в-10

масло сливочное, хлеб пшеничный

200 **Кофейный напиток** ЭЦ-128, У/в-33

сахар, кофейный напиток

30 **Хлеб 30г** ЭЦ-71, Б-2, У/в-15

Итого за завтрак ЭЦ-540, Б-10, Ж-15, У/в-90

обед

200 **Щи из свежей капусты с картофелем.** ЭЦ-90, Б-2, Ж-5, У/в-8

капуста, картофель, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, соль

180 **Макаронные изделия отварные** ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/в-21

макаронны, масло сливочное, соль

70 **Котлеты** ЭЦ-110, Б-8, Ж-4, У/в-10

котлеты, масло растительное

200 **Чай с сахаром** ЭЦ-57, У/в-15

сахар, чай

100 **Салат из белокочанной капусты** ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У/в-6

капуста, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль

120 **Хлеб 120г** ЭЦ-107, Б-3, У/в-22

Итого за обед ЭЦ-551, Б-17, Ж-16, У/в-82

Полдник

200 **Компот из сухофрукт** ЭЦ-59, У/в-5

сухофрукты, сахар

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** ЭЦ-57, У/в-15

сахар, чай

250 **Картофель с мясрм** ЭЦ-219, Б-14, Ж-12, У/в-11

картофель, капуста, куры, масло растительное, лук репчатый

Итого за Ужин ЭЦ-347, Б-16, Ж-12, У/в-41

Итого за день ЭЦ-1 497, Б-43, Ж-43, У/в-218

Директор

Васильев Д.В.

Составил

Бирюкова Л.И.

