

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 **Каша рисовая**
молоко сгущенное, рис, масло сливочное, соль ЭЦ-163, Б-3, Ж-6, У/В-25

Итого за завтрак ЭЦ-484, Б-7, Ж-14, У/В-83

обед

- 200 **Суп рыбный**
картофель, рыбные консервы, пшено, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль ЭЦ-103, Б-2, Ж-5, У/В-9
- 200 **Картофельное пюре**
картофель, молоко, масло сливочное, соль ЭЦ-103, Б-2, Ж-5, У/В-10
- 100 **Рыба припущенная**
минтай, мука, масло растительное ЭЦ-95, Б-13, Ж-5
- 80 **Соус томатный**
томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/В-8
- 200 **Чай с сахаром**
сахар, чай ЭЦ-57, У/В-15
- 120 **Хлеб 120г** ЭЦ-107, Б-3, У/В-22

Итого за обед ЭЦ-521, Б-21, Ж-17, У/В-64

Полдник

- 200 **Компот из сухофрукт**
сухофрукты, сахар 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**
сахар, чай ЭЦ-57, У/В-15
- 100 **Гуляш**
куры, лук репчатый, морковь, мука, масло растительное, соль ЭЦ-189, Б-11, Ж-14, У/В-5
- 180 **Макаронные изделия**
отварные
макаронны, масло сливочное, соль ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/В-21

Итого за Ужин ЭЦ-451, Б-16, Ж-18, У/В-56

Итого за день ЭЦ-1 515, Б-44, Ж-49, У/В-208

Директор

Васильев Д.В.

Составил

Бирюкова Л.И.