

Меню корпус

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

завтрак

200 **Каша манная**

молоко сгущенное, крупа манная, масло сливочное

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

Итого за завтрак ЭЦ-321, Б-4, Ж-8, У/В-58

обед

200 **Суп харчо**

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

ЭЦ-44, Б-2, Ж-1, У/В-6

180 **Рис отварной**

рис, масло сливочное, соль

ЭЦ-1 776, Б-24, Ж-85, У/В-222

70 **Котлеты**

котлеты, масло растительное

ЭЦ-110, Б-8, Ж-4, У/В-10

80 **Соус томатный**

томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль

ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/В-8

200 **Компот из сухофрукт**

сухофрукты, сахар

ЭЦ-59, У/В-5

120 **Хлеб 120г**

ЭЦ-107, Б-3, У/В-22

Итого за обед ЭЦ-2 152, Б-38, Ж-92, У/В-273

Полдник

200 **Чай с сахаром**

сахар, чай

ЭЦ-57, У/В-15

100 **Булочка**

молоко, мука, изюм, яйцо, масло сливочное, масло растительное, сахар, соль

ЭЦ-224, Б-5, Ж-6, У/В-38

Итого за Полдник ЭЦ-281, Б-5, Ж-6, У/В-53

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**

ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/В-21

отварные

макаронны, масло сливочное, соль

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

Итого за день ЭЦ-3 205, Б-63, Ж-124, У/В-440

Директор

Васильев Д.В.

Составил

Бирюкова Л И