

# Меню корпус

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>завтрак</u>		
200	<b>Каша пшениная</b> <i>молоко сгущенное, пшено, соль</i>	ЭЦ-219, Б-6, Ж-7, У/в-32
40	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>масло сливочное, хлеб пшеничный</i>	ЭЦ-122, Б-2, Ж-8, У/в-10
30	<b>Хлеб 30г</b>	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
200	<b>Кофейный напиток</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-128, У/в-33
<b>Итого за завтрак</b>		ЭЦ-540, Б-10, Ж-15, У/в-90
<u>обед</u>		
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-172, Б-8, Ж-4, У/в-24
200	<b>Плов</b> <i>куры, рис, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-311, Б-13, Ж-15, У/в-30
100	<b>Салат из свеклы</b> <i>свекла, соль, масло растительное</i>	ЭЦ-43, Б-1, Ж-1, У/в-7
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
120	<b>Хлеб 120г</b>	ЭЦ-107, Б-3, У/в-22
<b>Итого за обед</b>		ЭЦ-690, Б-25, Ж-20, У/в-98
<u>Полдник</u>		
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
40	<b>Пряники</b>	
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-57, У/в-15
<u>Ужин</u>		
80	<b>Соус томатный</b> <i>томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/в-8
30	<b>Хлеб 30г</b>	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
100	<b>Куры</b> <i>куры, соль</i>	ЭЦ-278, Б-14, Ж-14, У/в-23
180	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>макарроны, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/в-21
<b>Итого за Ужин</b>		ЭЦ-596, Б-20, Ж-20, У/в-82
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 883, Б-55, Ж-55, У/в-285

Директор

Васильев Д.В.

Составил

Бирюкова Л.И.

