

Меню корпус

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

завтрак

- 200 **Запеканка** ЭЦ-6 545, Б-221, Ж-292, У/В-771
крупя манная, творог, молоко сгущенное, молоко, масло сливочное, яйцо, 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-6 866, Б-225, Ж-300, У/В-829

обед

- 200 **Суп харчо** ЭЦ-44, Б-2, Ж-1, У/В-6
картофель, рис, томатная паста, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль
- 180 **Рис отварной** ЭЦ-1 776, Б-24, Ж-85, У/В-222
рис, масло сливочное, соль
- 70 **Котлеты** ЭЦ-110, Б-8, Ж-4, У/В-10
котлеты, масло растительное
- 80 **Соус томатный** ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/В-8
томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль
- 200 **Компот из сухофрукт** ЭЦ-59, У/В-5
сухофрукты, сахар
- 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** ЭЦ-57, У/В-15
сахар, чай
- 100 **Булочка** ЭЦ-224, Б-5, Ж-6, У/В-38
молоко, мука, изюм, яйцо, масло сливочное, масло растительное, сахар, соль

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** ЭЦ-57, У/В-15
сахар, чай
- 100 **Гуляш** ЭЦ-189, Б-11, Ж-14, У/В-5
куры, лук репчатый, морковь, мука, масло растительное, соль
- 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-9 750, Б-284, Ж-416, У/В-1 211

Директор  Васильев Д.В.

Составил  Бирюкова Л.И.

