

# Меню корпус

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>завтрак</b>		
200	<b>Запеканка</b> <i>крупа манная, творог, молоко сгущенное, молоко, масло сливочное, яйцо, соль</i>	ЭЦ-6 545, Б-221, Ж-292, У/в-771
200	<b>Кофейный напиток</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-128, У/в-33
30	<b>Хлеб 30г</b>	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
<b>Итого за завтрак</b>		ЭЦ-6 744, Б-223, Ж-292, У/в-819
<b>обед</b>		
200	<b>Суп рыбный</b> <i>картофель, рыбные консервы, пшено, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-103, Б-2, Ж-5, У/в-9
200	<b>Гороховое пюре</b> <i>горох, соль</i>	ЭЦ-188, Б-14, Ж-1, У/в-30
70	<b>Котлеты</b> <i>котлеты, масло растительное</i>	ЭЦ-110, Б-8, Ж-4, У/в-10
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
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-621, Б-28, Ж-12, У/в-94
<b>Полдник</b>		
200	<b>Компот из сухофрукт</b> <i>сухофрукты, сахар</i>	ЭЦ-59, У/в-5
40	<b>Пряники</b>	
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-59, У/в-5
<b>Ужин</b>		
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
180	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>макаронны, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/в-21
100	<b>Гуляш</b> <i>куры, лук репчатый, морковь, мука, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-189, Б-11, Ж-14, У/в-5
<b>Итого за Ужин</b>		ЭЦ-451, Б-16, Ж-18, У/в-56
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-7 875, Б-267, Ж-322, У/в-974



Составил Дир Бирюкова Л И