

# Меню корпус

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

## завтрак

200	<b>Каша пшеничная</b> <i>молоко сгущенное, пшеничная, соль</i>	ЭЦ-139, Б-5, Ж-1, У/В-27
40	<b>Бутерброд с маслом</b> <i>масло сливочное, хлеб пшеничный</i>	ЭЦ-122, Б-2, Ж-8, У/В-10
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

**Итого за завтрак** ЭЦ-460, Б-9, Ж-9, У/В-85

## обед

200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста, картофель, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-90, Б-2, Ж-5, У/В-8
180	<b>Макаронные изделия</b> <b>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
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

**Итого за обед** ЭЦ-577, Б-19, Ж-23, У/В-71

## Полдник

200	<b>Компот из сухофрукт</b> <i>сухофрукты, сахар</i>	ЭЦ-59, У/В-5
40	<b>Пряники</b>	

**Итого за Полдник** ЭЦ-59, У/В-5

## Ужин

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
250	<b>Картофель с мясом</b> <i>картофель, капуста, куры, масло растительное, лук репчатый</i>	ЭЦ-219, Б-14, Ж-12, У/В-11

**Итого за Ужин** ЭЦ-347, Б-16, Ж-12, У/В-41

**Итого за день** ЭЦ-1 443, Б-44, Ж-44, У/В-202

Директор

Васильев Д.В.

Составил

Бирюкова Л.И.

