

Меню корпус

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

завтрак

200	Каша пшенная <i>молоко сгущенное, пшено, соль</i>	ЭЦ-219, Б-6, Ж-7, У/в-32
40	Бутерброд с маслом <i>масло сливочное, хлеб пшеничный</i>	ЭЦ-122, Б-2, Ж-8, У/в-10
30	Хлеб 30г	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
200	Кофейный напиток <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-128, У/в-33

Итого за завтрак ЭЦ-540, Б-10, Ж-15, У/в-90

обед

200	Суп гороховый <i>картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-172, Б-8, Ж-4, У/в-24
200	Плов <i>куры, рис, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-311, Б-13, Ж-15, У/в-30
100	Салат из свеклы <i>свекла, соль, масло растительное</i>	ЭЦ-43, Б-1, Ж-1, У/в-7
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
120	Хлеб 120г	ЭЦ-107, Б-3, У/в-22

Итого за обед ЭЦ-690, Б-25, Ж-20, У/в-98

Полдник

200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
40	Пряники	

Итого за Полдник ЭЦ-57, У/в-15

Ужин

80	Соус томатный <i>томатная паста, мука, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-56, Б-1, Ж-2, У/в-8
30	Хлеб 30г	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
100	Рыба припущенная <i>минтай, мука, масло растительное</i>	ЭЦ-95, Б-13, Ж-5
180	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/в-21

Итого за Ужин ЭЦ-413, Б-19, Ж-11, У/в-59

Итого за день ЭЦ-1 700, Б-54, Ж-46, У/в-262

Директор



Васильев Д.В.

Составил

Бирюкова Л.И.

Бирюкова Л.И.