

# Меню корпус

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

## завтрак

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
200	<b>Каша манная</b> <i>молоко сгущенное, крупа манная, масло сливочное</i>	

**Итого за завтрак** ЭЦ-321, Б-4, Ж-8, У/в-58

## 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 штварные</b> <i>макарроны, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/в-21
100	<b>Рыба припущенная</b> <i>минтай, мука, масло растительное</i>	ЭЦ-95, Б-13, Ж-5
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

**Итого за обед** ЭЦ-539, Б-22, Ж-16, У/в-74

## 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 мясрм</b> <i>картофель, капуста, кури, 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-1 266, Б-42, Ж-36, У/в-178

Директор



Составил

*Васильев*

Бирюкова Л И