

Меню корпус

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>завтрак</u>		
200	Каша пшениная <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
<u>обед</u>		
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
<u>Полдник</u>		
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
40	Пряники	
Итого за Полдник		ЭЦ-57, У/в-15
<u>Ужин</u>		
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
70	Котлеты <i>котлеты, масло растительное</i>	ЭЦ-110, Б-8, Ж-4, У/в-10
180	Макаронные изделия отварные <i>макаронны, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-134, Б-3, Ж-4, У/в-21
Итого за Ужин		ЭЦ-428, Б-14, Ж-10, У/в-69
Итого за день		ЭЦ-1 715, Б-49, Ж-45, У/в-272

Директор

Васильев Д.В.

Составил

Бирюкова Л.И.

