


## Корпус № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
205	<b>Каша Дружба"</b>	Ккал-191, Б-5, Ж-7, У-27
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Ккал-83, Б-1, Ж-1, У-17
20	<b>Сыр</b>	Ккал-68, Б-5, Ж-5
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-165, Б-6, Ж-1, У-33
90	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-212, Б-7, Ж-1, У-43
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-719, Б-24, Ж-15, У-120
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
200	<b>Сок фруктовый</b>	Ккал-9, У-2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-9, У-2
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Огурец консервированный</b>	Ккал-11, Б-2, У-1
250	<b>Суп-пюре из разных овощей</b>	Ккал-108, Б-3, Ж-5, У-13
220	<b>Жаркое по-домашнему</b>	Ккал-354, Б-21, Ж-19, У-13
250	<b>Жаркое по-домашнему</b>	Ккал-402, Б-24, Ж-22, У-15
200	<b>Компот из свежих яблок</b>	Ккал-75, У-19
80	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-178, Б-6, У-36
120	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-1 394, Б-65, Ж-47, У-151
<b><u>Полдник</u></b>		
40	<b>Булочка молочная</b>	Ккал-124, Б-4, Ж-2, У-18
150	<b>Молоко кипяченое</b>	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	<b>Фрукт</b>	Ккал-46, У-11
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-250, Б-8, Ж-6, У-36
<b><u>Ужин</u></b>		
205	<b>Рагу из овощей</b>	Ккал-203, Б-4, Ж-10, У-24
100	<b>Омлет натуральный</b>	Ккал-75, Б-1, Ж-6, У-2
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-39, У-10
70	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-165, Б-6, Ж-1, У-33
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-482, Б-11, Ж-17, У-69
<b><u>Ужин 2</u></b>		
150	<b>Кефир</b>	Ккал-104, Б-5, Ж-5, У-8
<b>Итого за Ужин 2</b>		Ккал-104, Б-5, Ж-5, У-8
<b>Итого за день</b>		Ккал-2 958, Б-113, Ж-90, У-386
 <p>Директор _____</p>	Диетсестра _____ Э.Р. Юрковская	