



## Корпус № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250	Суп молочный с макаронными изделиями	Ккал-185, Б-7, Ж-6, У-22
1	Яйцо вареное	Ккал-63, Б-5, Ж-5
200	Кофейный напиток с молоком	Ккал-83, Б-1, Ж-1, У-17
70	Хлеб пшеничный	Ккал-165, Б-6, Ж-1, У-33
90	Хлеб пшеничный	Ккал-212, Б-7, Ж-1, У-43
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-708, Б-26, Ж-14, У-115
<u>Завтрак 2</u>		
200	Сок фруктовый	Ккал-9, У-2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-9, У-2
<u>Обед</u>		
60	Икра кабачковая	
250	Рассольник ленинградский	Ккал-149, Б-3, Ж-7, У-17
200	Капуста тушеная	Ккал-178, Б-3, Ж-8, У-8
100	Суфле из кур	Ккал-426, Б-32, Ж-32, У-4
200	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-115, Б-1, У-31
80	Хлеб ржаной	Ккал-178, Б-6, У-36
120	Хлеб ржаной	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-1 312, Б-54, Ж-48, У-150
<u>Полдник</u>		
1	Печенье	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	Фрукт	Ккал-46, У-11
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37
<u>Ужин</u>		
100	Салат картофельный с зеленым горошком	Ккал-147, Б-2, Ж-10, У-10
150	Пудинг из творога с рисом	Ккал-252, Б-12, Ж-10, У-29
30	Сгущенное молоко с сахаром	
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
70	Хлеб пшеничный	Ккал-165, Б-6, Ж-1, У-33
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-603, Б-20, Ж-21, У-82
<u>Ужин 2</u>		
150	Цогури	Ккал-87, Б-4, Ж-4, У-7
<b>Итого за Ужин 2</b>		Ккал-87, Б-4, Ж-4, У-7
<b>Итого за день</b>		Ккал-2 939, Б-111, Ж-92, У-393
		Диегестра  Э.Р. Юрковская