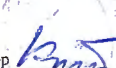



## Корпус № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
205	<i>Каша гречневая вязкая на молоке</i>	Ккал-253, Б-9, Ж-8, У-38
65	<i>Омлет натуральный</i>	Ккал-49, Б-1, Ж-4, У-1
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Ккал-83, Б-1, Ж-1, У-17
70	<i>Хлеб пшеничный</i>	Ккал-165, Б-6, Ж-1, У-33
90	<i>Хлеб пшеничный</i>	Ккал-212, Б-7, Ж-1, У-43
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-762, Б-24, Ж-15, У-132
<u>Завтрак 2</u>		
200	<i>Сок фруктовый</i>	Ккал-9, У-2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-9, У-2
<u>Обед</u>		
100	<i>Салат из свеклы с солеными огурцами</i>	Ккал-129, Б-2, Ж-9, У-7
250	<i>Суп картофельный с рыбой</i>	Ккал-186, Б-14, Ж-5, У-20
205	<i>Рагу из овощей</i>	Ккал-203, Б-4, Ж-10, У-24
100	<i>Котлета куриная припущенная</i>	Ккал-232, Б-12, Ж-8, У-6
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Ккал-115, Б-1, У-31
80	<i>Хлеб ржаной</i>	Ккал-178, Б-6, У-36
120	<i>Хлеб ржаной</i>	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-1 309, Б-48, Ж-33, У-178
<u>Полдник</u>		
1	<i>Фрукт</i>	Ккал-46, У-11
150	<i>Молоко кипяченое</i>	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	<i>Печенье</i>	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37
<u>Ужин</u>		
200	<i>Плов из отварной говядины</i>	Ккал-391, Б-24, Ж-20, У-35
200/10	<i>Чай с сахаром</i>	Ккал-39, У-10
70	<i>Хлеб пшеничный</i>	Ккал-165, Б-6, Ж-1, У-33
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-595, Б-30, Ж-21, У-78
<b>Итого за день</b>		Ккал-2 895, Б-109, Ж-74, У-427
Директор  Т.Н. Крутикова		Диетсестра  Э.Р. Юрковская

