

Корпус № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
205	Каша пшеничная молочная жидкая	Ккал-239, Б-8, Ж-7, У-35
1	Яйцо вареное	Ккал-63, Б-5, Ж-5
200	Какао с молоком	Ккал-138, Б-4, Ж-3, У-25
70	Хлеб пшеничный	Ккал-165, Б-6, Ж-1, У-33
90	Хлеб пшеничный	Ккал-212, Б-7, Ж-1, У-43
Итого за Завтрак		Ккал-817, Б-30, Ж-17, У-136
<u>Завтрак 2</u>		
200	Сок фруктовый	Ккал-9, У-2
Итого за Завтрак 2		Ккал-9, У-2
<u>Обед</u>		
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	Ккал-129, Б-3, Ж-3, У-21
200	Капуста тушеная	Ккал-178, Б-3, Ж-8, У-8
100	Котлета куриная припущенная	Ккал-232, Б-12, Ж-8, У-6
100	Салат из свеклы с солеными огурцами	Ккал-129, Б-2, Ж-9, У-7
200	Напиток морковно-яблочный	Ккал-57, Б-1, У-14
80	Хлеб ржаной	Ккал-178, Б-6, У-36
120	Хлеб ржаной	Ккал-266, Б-9, Ж-1, У-54
Итого за Обед		Ккал-1 169, Б-36, Ж-29, У-146
<u>Полдник</u>		
40	Булочка российская	Ккал-131, Б-3, Ж-3, У-18
150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	Фрукт	Ккал-46, У-11
Итого за Полдник		Ккал-257, Б-7, Ж-7, У-36
<u>Ужин</u>		
200	Картофель отварной	Ккал-222, Б-4, Ж-7, У-13
120	Гуляш из говядины	Ккал-61, Б-1, Ж-5, У-4
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
70	Хлеб пшеничный	Ккал-165, Б-6, Ж-1, У-33
Итого за Ужин		Ккал-487, Б-11, Ж-13, У-60
<u>Ужин 2</u>		
150	Ряженка	Ккал-87, Б-4, Ж-4, У-7
Итого за Ужин 2		Ккал-87, Б-4, Ж-4, У-7
Итого за день		Ккал-2 826, Б-88, Ж-70, У-387



Директор Т.Н. Крутикова

Диетсестра Э.Р. Юрковская