

## Корпус № 1

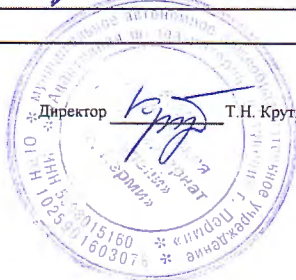
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250	Суп молочный с крупой	Ккал-179, Б-6, Ж-6, У-23
20	Сыр	Ккал-68, Б-5, Ж-5
200	Какао с молоком	Ккал-138, Б-4, Ж-3, У-25
70	Хлеб пшеничный	Ккал-165, Б-6, Ж-1, У-33
90	Хлеб пшеничный	Ккал-212, Б-7, Ж-1, У-43
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-762, Б-28, Ж-16, У-124
<u>Завтрак 2</u>		
200	Сок фруктовый	Ккал-9, У-2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-9, У-2
<u>Обед</u>		
250	Свекольник	Ккал-129, Б-2, Ж-5, У-9
100	Котлета из говядины	Ккал-296, Б-18, Ж-15, У-8
150	Каша гречневая рассыпчатая	Ккал-270, Б-8, Ж-7, У-42
180	Каша гречневая рассыпчатая	Ккал-323, Б-10, Ж-8, У-50
60	Икра кабачковая	Ккал-54, Ж-4, 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-1 631, Б-54, Ж-40, У-234
<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>		
150	Картофельное пюре	Ккал-160, Б-3, Ж-6, У-7
95	Рыба, запеченная с яйцом	Ккал-213, Б-11, Ж-7, У-9
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-577, Б-20, Ж-14, У-59
<u>Ужин 2</u>		
150	Ряженка	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-3 286, Б-113, Ж-79, У-463



Диетсестра *Э.Р. Юрковская*

**Корпус № 1**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
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
<u><b>Завтрак 2</b></u>		
200	<b>Сок фруктовый</b>	Ккал-9, У-2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-9, У-2
<u><b>Обед</b></u>		
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
<u><b>Полдник</b></u>		
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
<u><b>Ужин</b></u>		
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>Итого за день</b>		Ккал-2 854, Б-108, Ж-85, У-378



Директор

Т.Н. Крутикова

Диетсестра

Э.Р. Юрковская

**Корпус № 1**

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



Директор: Т.Н. Крутикова

Диетсестра: Э.Р. Юрковская

## Корпус № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
200	<i>Запеканка из творога</i>	Ккал-336, Б-19, Ж-16, У-23
30	<i>Сгущенное молоко с сахаром</i>	Ккал-99, Б-2, Ж-3, У-17
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-895, Б-35, Ж-22, У-133
<u><b>Завтрак 2</b></u>		
200	<i>Сок фруктовый</i>	Ккал-9, У-2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-9, У-2
<u><b>Обед</b></u>		
100	<i>Салат из моркови и яблок</i>	Ккал-128, Б-1, Ж-10, У-8
250	<i>Рассольник домашний</i>	Ккал-139, Б-2, Ж-6, У-16
70/40	<i>Печень говяжья по-строгановски</i>	Ккал-101, Б-1, Ж-10, У-2
180	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Ккал-261, Б-6, Ж-6, У-27
200	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Ккал-290, Б-7, Ж-7, У-30
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-1 478, Б-33, Ж-40, У-204
<u><b>Полдник</b></u>		
150	<i>Молоко кипяченое</i>	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	<i>Фрукт</i>	Ккал-46, У-11
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><b>Ужин</b></u>		
200/10	<i>Чай с сахаром</i>	Ккал-39, У-10
100	<i>Рыба, запеченная с яйцом</i>	Ккал-224, Б-11, Ж-8, У-10
150	<i>Рис припущенный</i>	Ккал-214, Б-4, Ж-5, У-36
70	<i>Хлеб пшеничный</i>	Ккал-165, Б-6, Ж-1, У-33
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-642, Б-21, Ж-14, У-89
<b>Итого за день</b>		Ккал-3 244, Б-96, Ж-81, У-465



Диетсестра Э.Р. Юрковская