

## Корпус № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
155	Каша манная молочная жидкая	Ккал-158, Б-5, Ж-5, У-23
205	Каша манная молочная жидкая	Ккал-209, Б-6, Ж-6, У-31
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
30	Хлеб пшеничный	Ккал-71, Б-2, У-14
50	Хлеб пшеничный	Ккал-118, Б-4, Ж-1, У-24
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-595, Б-17, Ж-12, У-102
<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	Ккал-54, Ж-4, У-4
200	Рассольник ленинградский	Ккал-119, Б-2, Ж-5, У-14
250	Рассольник ленинградский	Ккал-149, Б-3, Ж-7, У-17
150	Каша гречневая рассыпчатая	Ккал-270, Б-8, Ж-7, У-42
180	Каша гречневая рассыпчатая	Ккал-323, Б-10, Ж-8, У-50
90	Суфле из кур	Ккал-383, Б-28, Ж-28, У-4
100	Суфле из кур	Ккал-426, Б-32, Ж-32, У-4
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-1 938, Б-88, Ж-91, У-185
<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	Ккал-99, Б-2, Ж-3, У-17
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
30	Хлеб пшеничный	Ккал-71, Б-2, У-14
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-608, Б-18, Ж-23, У-80
<u>Ужин 2</u>		
150	Йогурт	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-3 457, Б-134, Ж-135, У-413

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>Завтрак</u>		
150	<b>Омлет натуральный</b>	Ккал-113, Б-2, Ж-9, У-3
200	<b>Омлет натуральный</b>	Ккал-150, Б-3, Ж-12, У-4
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-39, У-10
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-71, Б-2, У-14
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-118, Б-4, Ж-1, У-24
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-491, Б-11, Ж-22, У-55
<u>Завтрак 2</u>		
200	<b>Сок фруктовый</b>	Ккал-9, У-2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-9, У-2
<u>Обед</u>		
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Ккал-118, Б-4, Ж-3, У-17
250	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Ккал-147, Б-5, Ж-4, У-22
200	<b>Картофельная запеканка с мясом</b>	Ккал-235, Б-3, Ж-12, У-27
50	<b>Соус томатный</b>	Ккал-28, Ж-2, У-3
60	<b>Салат из моркови с зеленым горошком</b>	Ккал-75, Б-1, Ж-6, У-3
100	<b>Салат из моркови с зеленым горошком</b>	Ккал-125, Б-2, Ж-10, У-6
180	<b>Компот из свежих яблок</b>	Ккал-67, У-18
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-111, Б-4, У-22
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-906, Б-19, Ж-37, У-118
<u>Полдник</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>Ужин</u>		
150	<b>Рагу из овощей</b>	Ккал-148, Б-3, Ж-7, У-17
90	<b>Котлета рыбная</b>	Ккал-110, Б-12, Ж-2, У-7
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-39, У-10
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-71, Б-2, У-14
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-368, Б-17, Ж-9, У-48
<u>Ужин 2</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-2 111, Б-59, Ж-78, У-266

Директор

Т.Н. Крутикова

Диетсестра

Э.Р. Юрковская

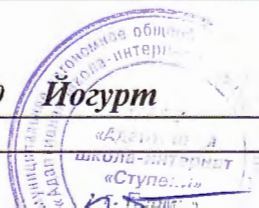
## Корпус № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
155	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b>	Ккал-158, Б-4, Ж-5, У-26
205	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b>	Ккал-209, Б-5, Ж-6, У-34
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-39, У-10
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-71, Б-2, У-14
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-118, Б-4, Ж-1, У-24
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-595, Б-15, Ж-12, У-108
<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>Горошек зел. конс. отварной</b>	Ккал-47, Б-2, Ж-2, У-4
200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>	Ккал-77, Б-1, Ж-4, У-6
250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>	Ккал-96, Б-2, Ж-5, У-7
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Ккал-218, Б-5, Ж-5, У-22
180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Ккал-261, Б-6, Ж-6, У-27
70/70	<b>Рыба, тушеная в томате с овощами</b>	Ккал-155, Б-12, Ж-7, У-5
180	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-103, Б-1, У-28
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-111, Б-4, У-22
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-1 068, Б-33, Ж-29, У-121
<u><b>Полдник</b></u>		
1	<b>Печенье</b>	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
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-220, Б-7, Ж-5, У-37
<u><b>Ужин</b></u>		
150	<b>Картофель отварной</b>	Ккал-166, Б-3, Ж-5, У-10
90	<b>Котлета из говядины</b>	Ккал-266, Б-16, Ж-14, У-7
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-39, У-10
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-71, Б-2, У-14
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-542, Б-21, Ж-19, У-41
<u><b>Ужин 2</b></u>		
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-2 538, Б-81, Ж-70, У-317



**Корпус № 1**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
155	<b>Каша овсяная из Геркулеса" жидкая</b>	Ккал-162, Б-5, Ж-6, У-21
205	<b>Каша овсяная из Геркулеса" жидкая</b>	Ккал-215, Б-7, Ж-8, У-28
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-39, У-10
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-71, Б-2, У-14
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-118, Б-4, Ж-1, У-24
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-605, Б-18, Ж-15, У-97
<u>Завтрак 2</u>		
200	<b>Сок фруктовый</b>	Ккал-9, У-2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-9, У-2
<u>Обед</u>		
60	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Ккал-63, Ж-6, У-1
100	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Ккал-106, Б-1, Ж-10, У-2
200	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	Ккал-94, Б-1, Ж-5, У-6
250	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	Ккал-118, Б-2, Ж-6, У-8
150	<b>Картофельное пюре</b>	Ккал-160, Б-3, Ж-6, У-7
180	<b>Картофельное пюре</b>	Ккал-192, Б-4, Ж-7, У-8
70/40	<b>Печень говяжья по-строгановски</b>	Ккал-101, Б-1, Ж-10, У-2
180	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-103, Б-1, У-28
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-111, Б-4, У-22
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-1 048, Б-17, Ж-50, У-84
<u>Полдник</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>Ужин</u>		
150	<b>Рис припущенный</b>	Ккал-214, Б-4, Ж-5, У-36
90	<b>Рыба, запеченная с яйцом</b>	Ккал-202, Б-10, Ж-7, У-9
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-39, У-10
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-71, Б-2, У-14
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-526, Б-16, Ж-12, У-69
<u>Ужин 2</u>		
150	<b>Йогурт</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-2 532, Б-62, Ж-88, У-295



## Корпус № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
155	<b>Каша гречневая вязкая на молоке</b>	Ккал-191, Б-7, Ж-6, У-29
205	<b>Каша гречневая вязкая на молоке</b>	Ккал-253, Б-9, Ж-8, У-38
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-39, У-10
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-71, Б-2, У-14
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-118, Б-4, Ж-1, У-24
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-672, Б-22, Ж-15, У-115
<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
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	Ккал-104, Б-2, Ж-3, У-17
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	Ккал-129, Б-3, Ж-3, У-21
150	<b>Рагу из овощей</b>	Ккал-148, Б-3, Ж-7, У-17
180	<b>Рагу из овощей</b>	Ккал-178, Б-3, Ж-9, У-21
90	<b>Котлета куриная припущенная</b>	Ккал-209, Б-11, Ж-7, У-6
100	<b>Котлета куриная припущенная</b>	Ккал-232, Б-12, Ж-8, У-6
180	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Ккал-103, Б-1, У-28
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Ккал-111, Б-4, У-22
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-1 225, Б-41, Ж-37, У-139
<u><b>Полдник</b></u>		
1	<b>Фрукт</b>	Ккал-46, У-11
1	<b>Печенье</b>	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-140, Б-3, Ж-1, У-30
<u><b>Ужин</b></u>		
200	<b>Плов из отварной говядины</b>	Ккал-391, Б-24, Ж-20, У-35
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Ккал-39, У-10
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Ккал-71, Б-2, У-14
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-501, Б-26, Ж-20, У-59
<b>Итого за день</b>		Ккал-2 547, Б-92, Ж-73, У-345

Директор:  Т.Н. Крутикова

Диетсестра:  Э.Р. Юрковская

