

17.03.2023 (пятница)

Корпус № 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

150	Запеканка из творога	Ккал-252, Б-14, Ж-12, У-17
50	Соус фруктовый	Ккал-17, Б-0, Ж-0, У-4
200/10	Чай с сахаром	Ккал-39, У-10
90	Хлеб пшеничный	Ккал-213, Б-6, Ж-2, У-42

Итого за Завтрак

Ккал-521, Б-20, Ж-14, У-73

Обед

60/100	Салат из свеклы отварной	Ккал-61, Б-1, Ж-6, У-5
200/250	Щи из свежей капусты с картофелем	Ккал-85, Б-2, Ж-5, У-8
250	Рагу из курицы	Ккал-468, Б-22, Ж-28, У-24
180	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-103, Б-1, У-28
50	Хлеб ржаной	Ккал-111, Б-4, У-22

Итого за Обед

Ккал-827, Б-31, Ж-37, У-90

Полдник

150	Молоко кипяченое	Ккал-80, Б-4, Ж-4, У-7
1	Фрукт	Ккал-46, У-11
1	Печенье	Ккал-94, Б-3, Ж-1, У-19

Итого за Полдник

Ккал-220, Б-7, Ж-5, У-37

Директор Т. Н. Крутикова

Диетсестра

