|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  рецептуры  по сборнику | Наименование блюда, напитков | Выход, г | Содержание основных питательных веществ | | | |
| белки | жиры | углеводы | энергетическая ценность, ккал |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  | **22.12.2021г.** |  |  |  |  |  |
| 108 | Суп лапша с курицей | 250/25 | 10,00 | 7,30 | 15,82 | 170 |
| 443 | Картофельное пюре | 1/180 | 3,89 | 6,71 | 26,46 | 187 |
| 167 | Котлета мясная (из кур) | 1/100 | 15,70 | 13,02 | 15,78 | 246 |
| 15 | Салат из огурцов и помидоров (сезонно) | 1/60 | 0,98 | 6,15 | 3,73 | 74,20 |
| 109 | Хлеб ржаной | 1/30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 1/20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| 512 | Компот из кураги | 1/200 | 1,30 |  | 23,73 | 96 |