|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №рецептурыпо сборнику | Наименование блюда, напитков | Выход, г | Содержание основных питательных веществ |
| белки | жиры | углеводы | энергетическая ценность, ккал |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  **13.12.2021г** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 132 | Рассольник домашний  | 1/250 | 2,08 | 5,20 | 12,80 | 106 |
| 439 | Капуста тушеная свежая | 1/180 | 4,27 | 5,44 | 18,11 | 139 |
| 167 | Тефтели из мяса кур | 1/100 | 15,70 | 13,02 | 15,78 | 246 |
| 47 | Салат из моркови с растительным маслом | 1/70 | 1,02 | 3 | 5,07 | 51,42 |
| 501 | Какао с молоком | 1/200 | 3,2 | 2,70 | 15,90 | 79 |
| 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 |