|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №рецептурыпо сборнику | Наименование блюда, напитков | Выход, г | Содержание основных питательных веществ |
| белки | жиры | углеводы | энергетическая ценность, ккал |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  **15.12.2021г** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 118 | Суп картофельный гороховый | 1/250 | 5,48 | 4,74 | 19,74 | 146 |
| 304 | Рис отварной  | 1/180 | 8,95 | 6,73 | 43,00 | 276,53 |
|  207 | Куры отварные | 1/100 | 30,56 | 11,80 | 1,12 | 234 |
| 455 | Соус красный основной | 1/50 | 0,410 | 0,86 | 3,11 | 22 |
| 45 | Салат из белокочанной капусты | 1/100 | 1,41 | 5,08 | 9,02 | 87,40 |
| 433 | Чай с сахаром | 1/200 | 0,20 | 0,005 | 15,01 | 57 |
| 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 |