|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №рецептурыпо сборнику | Наименование блюда, напитков | Выход, г | Содержание основных питательных веществ |
| белки | жиры | углеводы | энергетическая ценность, ккал |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  **17.12.2021г** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 97 | Борщ из свежей капусты с фасолью | 1/250 | 3,70 | 5,39 | 12,05 | 112 |
| 339 | Рыба запечённая с овощами | 1/198 | 14,15 | 10,80 | 17,08 | 147 |
| 429 | Картофельное пюре  | 1/200 | 4,34 | 12,82 | 25,18 | 241 |
| 13 | Огурцы солёные | 1/100 | 0,80 | 0,10 | 1,60 | 13 |
| 383 | Кисель | 1/200 |  |  | 9,98 | 119 |
| 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 |
|  |  |  |  |  |  |  |