|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Меня на 06.12.23г* | | | | | | |
| *№*  *рецептура* | *Наименование блюда* | *Выход,*  *(г)* | *Пищевые вещества в граммах* | | | *Энергетиче-*  *ская ценность в ккал.* |
| *Белки* | *Жиры* | *Углеводы* |
| *87* | *Суп картофельный с рыбными фрикадельками (картофель- 80г,лук- 2г, морковь- 5г,масло растительное- 5г,соль- 2г,минтай с/м- 60г)* | *250* | *8,60* | *8,40* | *14,33* | *167,00* |
| *132* | *Ленивые голубцы с мясом кур(соль-2г, капуста свежая- 162г,лук-3г,морковь-5г,масло растительное-5г,курица-30г,томатная паста-3г ,рис-5г)* | *200* | *3,98* | *7,42* | *18,98* | *158,00* |
| *299* | *Хлеб пшеничный (хлеб-100г)* | *100* | *7,60* | *0,60* | *52,30* | *233,00* |
| *6* | *Масло сливочное порционно (масло сливочное- 5г)* | *5* | *0,04* | *3,62* | *0,065* | *43,00* |
| *376* | *Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты-20г, сахар-20г)* | *200* | *0,44* | *0,02* | *27,76* | *113,00* |
|  | *Дополнительный прием пищи:* |  |  |  |  |  |
| *385* | *Молоко ультрапастеризованное 3,2% (молоко-200г)* | *200* | *5,80* | *5,00* | *9,60* | *107,00* |
|  | *Блины с маслом сливочным ( соль-1г, масло сливочное-5г,яйцо куриное-10г,мука пшеничная-40г)* | *150* | *11,30* | *17,65* | *62,80* | *428,00* |
|  | *Итого за обед:* |  | *37,76* | *42,71* | *185,84* | *1249,00* |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |