|  |
| --- |
| *Меню на 14.12.2023г* |
|  *№**рецептура* |  *Наименование блюда* | *Выход,* *(г)* |  *Пищевые вещества в граммах* | *Энергетиче-**ская ценность в ккал.* |
| *Белки*  | *Жиры*  | *Углеводы*  |
| *82* | *Суп с картофелем, крупой и мясом кур (картофель- 80г,рис-5г,курица-30г,лук-5г,морковь-5г,масло растительное-5г,соль-1г)* | *250* | *1,80* | *5,33* | *16,13* | *122,13* |
| *2016* | *Макароны отварные с маслом( макаронные изделия-40г,масло сливочное-5г,соль-1г)*  | *150/5* | *5,60* | *4,70* | *35,90* | *208,50* |
| *80* | *Рыба тушеная с овощами в соусе(минтай-110г,лук-5г,морковь-29г,масло растительное-5г,соль-2г,мука-5г,томатная паста-4г)* | *100* | *16,20* | *8,90* | *3,40* | *159,40* |
| *299* | *Хлеб пшеничный (хлеб-100г)* | *100* | *7,60* | *0,8* | *49,20* | *235,00* |
|  | *Салат из свеклы отварной(свекла свежая-100г, масло растительное-5г,соль-1г)* | *100* | *1,31* | *9,99* | *7,66* | *126,44* |
| *42* | *Сыр порциями (сыр-5г)* | *5* | *1,16* | *1,48* | *0.00* | *18,20* |
| *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* | *7,00* | *9,40* | *124,00* |
|  | *Кондитерские изделия ( печенье-10г)* | *10* | *0,75* | *0,98* | *7,44* | *41,70* |
|  | *Итого за обед:* |  | *40,66* | *39,20* | *156,89* | *1148,37* |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |