



4 декабря 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	62
6	Бутерброды с колбасой	20/30	98
181	Каша жидкая молочная манная	200/10/10	245
375/378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
2-й Завтрак			
219	Сырники из творога	150/20	200
385	Молоко кипяченое	200	105
Обед			
70	Огурцы солёные	60	5,45
108	Суп картофельный с клёцками	250	72
289	Рагу из птицы	90/200	362
349	Компот из смеси сухофруктов	200	93
	Хлеб ржано-пшеничный	50	79
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	128
Полдник			
338	Королёк	200	73
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
131	Горошек зелёный отварной	60	127
260	Гуляш из говядины	90/100	204
171	Каша рассыпчатая пшеничная	150/5	213
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
2-й Ужин			
386	Йогурт 2,5% жирности	200	51

Мед сестра по питанию Осиу Э.С.Осипян