

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор Н.В. Данченко



5 февраля 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
14	Масло сливочное	10	62
15	Сыр Российский	15	55
182	Каша жидкая молочная рисовая	250/10/10	289
375/378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1с	90	237
<b>2-й Завтрак</b>			
222	Пудинг из творога (запеченный)	200/30	200
379	Кофейный напиток с молоком	200	245
<b>Обед</b>			
47	Салат из квашеной капусты	100	687
102	Суп картофельный с фасолью	300	153
284	Картофельная запеканка с мясом	100/180/10	313
342	Компот из свежей фрукты	200	56
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
<b>Полдник</b>			
338	Бананы	200	73
<b>Ужин</b>			
14	Масло сливочное	10	62
52	Салат из отварной свеклы	100	51
261	Печень тушенная	100/75	324
302	Каша рассыпчатая гречневая	193/7	325
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	211
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
<b>2-й Ужин</b>			
386	Йогурт фруктово-ягодный 2,5% жирности	200	71

Мед сестра по питанию Э.С.Осипян