

УТВЕРЖДАЮ

Директор Н.В. Данченко



8 декабря 2023г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	62
15	Сыр Российский	15	51
181	Каша жидкая молочная манная	200/10/10	245
375/376	Чай с сахаром	200/15	55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
2-й Завтрак			
223	Запеканка из творога	150/20	107
335	Молоко кипяченое	200	106
Обед			
70	Огурцы солёные	60	5,45
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	134
260	Гуляш из говядины	90/170	204
171	Каша рассыпчатая перловая	150/5	213
342	Компот из свежих фруктов	200	56
	Хлеб ржано-пшеничный	50	128
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
Полдник			
338	Королёк	200	73
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
133	Кукуруза отварная	60	127
295	Котлеты рубленные из ц. пш. пш.	90/5	247
310	Картофель отварной	145/5	103
389	Сок фруктовый	200	85
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	141
2-й Ужин			
386	<i>Важелка 2,5% жи. м.с.с.т.и</i>	200	51

Мед сестра по питанию Е.С. Осипян