

УТВЕРЖДАЮ

Директор Н.В.Данченко



9 января 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

| № рецеп | Наименование блюда | Выход | Ккал |
|--------------------|--|---------|------|
| Завтрак | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| 2-й завтрак | | | |
| | Печенье | 50 | 130 |
| 385 | Молоко кипяченое | 200 | 122 |
| Обед | | | |
| 75 | Икра свекольная | 100 | 132 |
| 82 | Борщ с капустой и картофелем | 300 | 106 |
| 229 | Рыба-горбуша тушенная в томате с овощами | 100/100 | 200 |
| 312 | Пюре картофельное | 200 | 168 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 120 |
| | Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 | 79 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 90 | 198 |
| Полдник | | | |
| 338 | Яблоки | 200 | 73 |
| Ужин | | | |
| 14 | Масло сливочное | 10 | 62 |
| 71 | Помидоры свежие | 100 | 14 |
| 268 | Котлеты рубленные из птицы | 100/10 | 225 |
| 321 | Капуста тушенная | 200 | 93 |
| 339 | Сок фруктовый (завод. упаковка) | 200 | 85 |
| | Хлеб пшеничный 1 сорт | 80 | 211 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 68 |
| 2-й Ужин | | | |
| 386 | Ряженка 2,5% жирности | 200 | 50 |

Мед сестра по питанию Э.С.Осипян