

УТВЕРЖДАЮ

Директор Н.В. Данченко



9 января 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
 			
 			
 			
 			
2-й Завтрак			
	Печенье	25	130
385	Молоко кипяченое	200	122
Обед			
75	Икра свекольная	60	79
82	Борщ с капустой и картофелем	250	98
229	Рыба-горбуша тушенная в томате с овощами	100/100	150
312	Пюре картофельное	145/5	126
349	Компот из смеси сухофруктов	200	120
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Хлеб ржано-пшеничный	50	128
Полдник			
338	Яблоки	200	73
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
71	Помидоры свежие	60	13
268	Котлеты рубленые из птицы	90	180
321	Капуста тушенная	150	69
339	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
2-й Ужин			
386	Ряженка 2,5% жирности	200	50

Мед сестра по питанию Э.С. Осипян