

УТВЕРЖДАЮ
Директор Н.В.Данченко



9 января 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
2-й Завтрак			
	Вафли	30	128
379	Кофейный напиток с молоком	200	245
Обед			
70	Огурцы солёные	60	5,45
102	Суп картофельный с горохом	250	72
234	Биточки рыбные из трески	90/5	136
310	Картофель отварной	145/5	103
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	75
	Икра кабачковая консервированная	60	55
224	Плов из отварной говядины	90/150	233
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	77
2-й Ужин			
386	Ряженка 2,5% жирности	200	50

Мед сестра по питанию Э.С.Осипян