

УТВЕРЖДАЮ
Директор Н.В.Данченко



9 октября 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	62
6	Бутерброды с колбасой	20/30	98
181	Каша жидкая молочная манная	200/10/10	245
375/378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
2-й Завтрак			
221	Сырники из творога с морковью	150/20	319
382	Какао с молоком	200	145
Обед			
12	Огурцы свежие	60	8,4
108	Суп картофельный с клецками	250	72
289	Рагу из птицы	90/200	362
348	Компот из плодов шиповника	200	120
	Хлеб ржано-пшеничный	50	79
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	128
Полдник			
338	Персики	200	73
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
72	Икра баклажанная	60	49
168	Котлеты из говядины	90	205
171	Каша рассыпчатая пшеничная	150/5	213
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
2-й Ужин			
386	Йогурт 2,5% жирности	200	51

Мед сестра по питанию Э.С.Осипян