



УТВЕРЖДАЮ
Директор Н.В.Данченко

10 марта 2025г

ВОЗРОСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	75
15	Сыр Российский	15	55
182	Каша жидкая молочная с крупой «пшено»	250/10/10	307
378	Чай с сахаром	200/15	55
	Хлеб пшеничный	90	211
2-й Завтрак			
224	Запеканка из творога с морковью	200/30	212
379	Кофейный напиток с молоком	200	245
Обед			
71	Огурцы свежие	100	14
96	Рассольник Ленинградский	300	131
285	Макаронник с мясом	100/180	226
349	Компот из смеси сухофруктов	200	93
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
	Хлеб пшеничный	30	79
Полдник			
338	Апельсины	200	73
Ужин			
14	Масло сливочное	10	75
71	Помидоры свежие	100	14
284	Запеканка картофельная с печенью	100/180	313
389	Сок фруктовый	200	85
	Хлеб пшеничный	80	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
2-й Ужин			
386	Ряженка 2,5%	200	51

Мед сестра по питанию Э.С.Осипян