



УТВЕРЖДАЮ  
Директор Н.В. Данченко



13 декабря 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

| №<br>рецеп         | Наименование блюда                  | Выход     | Ккал |
|--------------------|-------------------------------------|-----------|------|
| <b>Завтрак</b>     |                                     |           |      |
| 14                 | Масло сливочное                     | 10        | 62   |
| 15                 | Сыр Российский                      | 15        | 51   |
| 181                | Каша жидкая молочная манная         | 200/10/10 | 245  |
| 375/376            | Чай с сахаром                       | 200/15    | 55   |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт               | 60        | 158  |
| <b>2-й Завтрак</b> |                                     |           |      |
| 223                | Запеканка из творога                | 150/20    | 107  |
| 335                | Молоко кипяченое                    | 200       | 106  |
| <b>Обед</b>        |                                     |           |      |
|                    | Икра кабачковая консервированная    | 60        | 55   |
| 88                 | Щи из свежей капусты с картофелем   | 250       | 134  |
| 286                | Перец фаршированный с мясом         | 130/30    | 662  |
| 171                | Каша рассыпчатая перловая           | 150/5     | 213  |
| 342                | Компот из свежей фрукты             | 200       | 56   |
|                    | Хлеб ржано-пшеничный                | 50        | 128  |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт               | 30        | 79   |
| <b>Полдник</b>     |                                     |           |      |
| 338                | Мандарины                           | 200       | 73   |
| <b>Ужин</b>        |                                     |           |      |
| 14                 | Масло сливочное                     | 10        | 62   |
| 133                | Кукуруза консервированный отварной  | 60        | 127  |
| 295                | Котлеты рубленные из бройлер цыплят | 90/5      | 247  |
| 310                | Картофель отварной                  | 145/5     | 103  |
| 389                | Сок фруктовый                       | 200       | 85   |
|                    | Хлеб ржано-пшеничный                | 30        | 68   |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт               | 60        | 141  |
| <b>2-й Ужин</b>    |                                     |           |      |
| 386                | Ряженка 2,5% жирности               | 200       | 51   |

Мед сестра по питанию О.С. Осипян Э.С.Осипян