



УТВЕРЖДАЮ
Директор Н.В.Данченко

17 марта 2025г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	62
15	Сыр Российский	15	55
181	Каша жидкая молочна манная	200/10/10	245
378	Чай с молоком	150/50/15	5583
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	141
2-й Завтрак			
221	Сырники из творога с морковью	150/20	319
379	Кофейный напиток с молоком	200	245
Обед			
75	Икра свекольная	60	79
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	134
244	Плов из отварной говядины	90/150	233
342	Компот из свежих яблок	200	56
	Хлеб пшеничный 1 сорт	50	128
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
Полдник			
338	Королёк	200	73
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
70	Помидоры солёные	60	5,45
284	Печень тушенная	90/80	225
310	Картофель отварной	145/5	103
389	Сок фруктовый	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
2-й Ужин			
338	Йогурт фруктово-ягодный 2,5%	200	50

Мед сестра по питанию Э.С.Осипян