



УТВЕРЖДАЮ
Директор Н.В.Данченко

18 апреля 2025г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	75
15	Сыр российский	15	55
181	Каша жидкая молочная манная	250/10/10	245
377	Чай с лимоном	200/15/7	55
	Хлеб пшеничный	90	211
2-й Завтрак			
223	Запеканка из творога	200/30	200
385	Молоко кипяченое	200	106
Обед			
133	Кукуруза отварная	100	201
88	Щи из свежей капусты с картофелем	300	146
259	Жаркое по-домашнему	100/250	669
348	Компот из плодов шиповника	200	120
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
Полдник			
338	Апельсины	200	73
Ужин			
14	Масло сливочное	10	75
71	Помидоры свежие	100	14
295	Котлеты рубленные из бройлер - цыплят	100/5	249
171/302	Каша рассыпчатая гречневая	200/10	284
389	Сок фруктовый	200	85
	Хлеб пшеничный 1с	80	211
	Хлеб ржано-пшеничный	30	66
2-й Ужин			
386	Йогурт фруктово-ягодный 2,5%жирности	200	71

Мед сестра по питанию Э.С.Осипян