

УТВЕРЖДАЮ

Директор М. Н. В. Данченко



19 апреля 2024г

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
376	Чай с сахаром	200/15	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
349	Компот из смеси сухофрукты	200	93
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
Полдник			
338	Бананы	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 (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	188
	Хлеб ржано-пшеничный	30	69
2-й Ужин			
386	Йогурт фруктовый ягодный 2,5%	200	106

Мед сестра по питанию Э.С.Осибян