

УТВЕРЖДАЮ

Директор  Н.В. Данченко



20 марта 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
14	Масло сливочное	10	62
6	Бутерброды с колбасой	20	98
182	Каша жидкая молочная пшеничная	200/10/10	225
376	Чай с сахаром	150/15	55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
<b>2-й Завтрак</b>			
222	Пудинг из творога (запеченного)	150/20	167
382	Какао с молоком	200	450
<b>Обед</b>			
70	Помидоры солёные	60	5,45
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	125
289	Рагу из птицы	90/200	362
342	Компот из свежих фруктов	200	55,5
	Хлеб пшеничный 1 сорт	50	128
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
<b>Полдник</b>			
338	Апельсины	200	73
<b>Ужин</b>			
14	Масло сливочное	10	62
279	Тефтели из говядины	90/50	179
321	Капуста тушеная	150	69
389	Сок фруктовый (завод.упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
<b>2-й Ужин</b>			
386	Йогурт фруктовый- ягодный 2,5% жирности	200	71

Мед сестра по питанию  Э.С. Ошпян