


УТВЕРЖДАЮ

Директор  Н.В.Данченко



21 апреля 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	62
15	Сыр Российский	15	51
173	Каша жидкая молочная с крупой «Геркулес»	250/10/10	131
378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1 сорт	90	158
2-й Завтрак			
338	Яблоки	200	73
Обед			
71	Огурцы свежие	100	21
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	108
302	Каша рассыпчатая пшеничная	145/5	213
287	Голубцы с мясом и рисом	108/50	662
348	Компот из плодов шиповника	200	120
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
Полдник			
406	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	60	79
1008	Напиток лимонный	200	90
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
209	Яйца варёные	40/1шт	51
334	Биточки из рыбы-трески	100/5	136
143	Рагу из овощей	180/5	174
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
2-й Ужин			
386	Йогурт фруктовый 2,5% жирности	200	51

Мед сестра по питанию  Э.С.Осипян