



УТВЕРЖДАЮ
Директор Н.В.Данченко

22 января 2025г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	62
6	Бутерброды с колбасой	20/30	98
181	Каша жидкая молочная манная	250/10/10	245
375/378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1 сорт	90	237
2-й Завтрак			
221	Сырники из творога с морковью	200/30	426
382	Какао с молоком	200	145
Обед			
70	Огурцы солёные	100	10,12
108	Суп картофельный с клёцками	300	77
289	Рагу из птицы	100/200	396
349	Компот из смеси сухофруктов	200	93
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
Полдник			
338	Королёк	200	73
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
131	Горошек зелёный отварной	100	201
268	Котлеты из говядины	100	229
171	Каша рассыпчатая пшеничная	200/10	284
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	211
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
2-й Ужин			
386	Йогурт 2,5% жирности	200	51

Мед сестра по питанию Э.С.Осипян