

УТВЕРЖДАЮ

Директор  Н.В. Данченко



22 марта 2024г

ВОЗРОСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

| № рецеп | Наименование блюда | Выход | Ккал |
|--------------------|------------------------------------|-----------|------|
| Завтрак | | | |
| 14 | Масло сливочное | 10 | 75 |
| 15 | Сыр Российский | 15 | 55 |
| 182 | Каша жидкая молочная «пшено» | 250/10/10 | 307 |
| 375/376 | Чай с сахаром | 200/15 | 55 |
| | Хлеб пшеничный | 90 | 211 |
| 2-й Завтрак | | | |
| 224 | Запеканка из творога с морковью | 200/30 | 212 |
| 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 245 |
| Обед | | | |
| 71 | Огурцы свежие | 100 | 14 |
| 101 | Суп картофельный с крупой перловой | 300 | 150 |
| 285 | Макаронник с мясом | 90/170 | 211 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 93 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 90 | 198 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 79 |
| Полдник | | | |
| 338 | Бананы | 200 | 73 |
| Ужин | | | |
| 14 | Масло сливочное | 10 | 75 |
| 71 | Помидоры свежие | 100 | 14 |
| 284 | Запеканка картофельная с печенью | 100/180 | 313 |
| 389 | Сок фруктовый | 200 | 85 |
| | Хлеб пшеничный | 80 | 158 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 68 |
| 2-й Ужин | | | |
| 386 | Ряженка 2,5% | 200 | 51 |

Мед сестра по питанию  Э.С.Осипян