



24 мая 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

<u>№ рецеп</u>	<u>Наименование блюда</u>	<u>Выход</u>	<u>Ккал</u>
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	75
15	Сыр Российский	15	51
173	Каша жидкая молочная «Геркулес»	200/10/10	103
378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
2-й Завтрак			
430	Булочка Российская	60	128
335	Молоко кипяченое	200	105
Обед			
	Икра кабачковая консервированная	60	82
82	Борщ с капустой и картофелем	250	98
260	Гуляш из говядины	90/170	204
171/302	Каша рассыпчатая пшеничная	150/5	213
342	Компот из смеси сухофруктов	200	93
	Хлеб ржано-пшеничный	50	128
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
Полдник			
338	Бананы	200	73
Ужин			
133	Кукуруза отварная	100	201
14	Масло сливочное	10	62
299	Рыба-горбуша тушеная в томате с овощами	100/100	155
310	Картофель отварной	193/7	138
389	Сок фруктовый	200	85
	Хлеб пшеничный 1с	80	211
	Хлеб ржано-пшеничный	30	66
2-й Ужин			
386	Ряженка 2,5% жирности	200	50

Мед сестра по питанию Осиян Э.С.Осиян