



25 октября 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 «Геркулес»	250/10/10	131
376	Чай с сахаром	200/15	55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	90	158
2-й Завтрак			
223	Запеканка из творога со сметаной	200/30	200
385	Молоко кипяченое	200	106
Обед			
71	Помидоры свежие	100	14
88	Щи из свежей капусты с картофелем	300	75
260	Гуляш из говядины	100/100	226
171	Каша рассыпчатая пшенная	200/10	274
348	Компот из плодов шиповника	200	120
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
Полдник			
338	Персики	200	73
Ужин			
2-й Ужин			

Мед сестра по питанию О.С.Осипян