



27 декабря 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

<u>№ рецеп</u>	<u>Наименование блюда</u>	<u>Выход</u>	<u>Ккал</u>
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	62
15	Сыр Российский	15	51
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			
219	Сырники из творога	150/20	255
335	Молоко кипяченое	200	106
Обед			
	Икра кабачковая консервированная	100	91
88	Щи из свежей капусты с картофелем	300	146
259	Жаркое по-домашнему	100/250	669
342	Компот из свежей фрукты	200	56
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
Полдник			
338	Мандарины	200	73
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
133	Кукуруза консервированный отварной	100	201
229	Рыба- горбуша тушеная в томате с овощами	100/100	150
203	Макароны отварные с маслом	200/10	297
389	Сок фруктовый	200	85
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	158
2-й Ужин			
386	Ряженка 2,5% жирности	200	51

Мед сестра по питанию О.С.Осипян