

УТВЕРЖДАЮ

Директор Н.В. Данченко



29 мая 2024г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал.
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	62
6	Бутерброды с колбасой	20	98
182	Каша жидкая молочная пшеница	150/10/10	306,5
376	Чай с сахаром	200/15	55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	90	237
2-й Завтрак			
221	Сырники с морковью со сгущенным молоком	200/30	426
382	Какао с молоком	200	450
	Вафли	50	116
Обед			
71	Помидоры свежие	100	14
102	Суп картофельный с фасолью	300	77
289	Рагу из птицы	100/200	472
342	Компот из свежих фруктов	200	55,5
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
Полдник			
338	Апельсины	200	73
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
268	Котлеты из говядины	100	229
321	Капуста тушенная	200	93
389	Сок фруктовый (завод.упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	211
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
2-й Ужин			
386	Йогурт фруктовый- плодный 2,5% жирности	200	71

Мед сестра по питанию Э.С.Осипян