



Утверждаю  
Директор  
Е.Б.Волошина



17.04.2025 года

Возрастная группа 7-11 лет

| №<br>рецеп         | Наименование блюда                    | Выход     | Ккал |
|--------------------|---------------------------------------|-----------|------|
| <b>Завтрак</b>     |                                       |           |      |
| 14                 | Масло сливочное                       | 10        | 75   |
| 210                | Омлет натуральный                     | 106/5     | 160  |
| 204                | Макароньы отварные с сыром            | 100/20/5  | 198  |
| 375/378            | Чай с молоком                         | 150/50/15 | 83   |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт                 | 60        | 158  |
| <b>2-й Завтрак</b> |                                       |           |      |
| 338                | Яблоки свежие                         | 200/1шт   | 88   |
| <b>Обед</b>        |                                       |           |      |
| 70/71              | Огурцы свежие или квашенные           | 60        | 9    |
| 102                | Суп картофельный с горохом            | 250       | 128  |
| 229                | Рыба тушенная в томате с овощами      | 100/100   | 150  |
| 312                | Пюре картофельное                     | 150       | 126  |
| 342                | Компот из свежих яблок                | 200       | 120  |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт                 | 80        | 158  |
|                    | Хлеб ржано-пшеничный                  | 50        | 128  |
| <b>Полдник</b>     |                                       |           |      |
|                    | Печенье                               | 25        | 58   |
| 379                | Кофейный напиток с молоком            | 200       | 430  |
| <b>Ужин</b>        |                                       |           |      |
| 14                 | Масло сливочное                       | 10        | 75   |
| 131                | Горошек зеленый отварной              | 60/3      | 8    |
| 290                | Птица тушенная в соусе                | 90/80     | 245  |
| 203/321            | Макароньы отварные/капуста тушенная   | 150/5/50  | 121  |
| 389                | Сок фруктовый (завод. упаковка)       | 200/1шт   | 85   |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт                 | 60        | 158  |
|                    | Хлеб ржаной пшеничный                 | 50        | 128  |
| <b>2-й Ужин</b>    |                                       |           |      |
| 386                | Йогурт фруктовый – ягодный 2,5% жирн. | 200/1шт   | 71   |

Ответственный исполнитель: