



Утверждаю

Директор

Е.Б.Волошина



18.12.2024 года

Возрастная группа 7-11 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	75
15	Сыр Российский	15	51
182	Каша жидкая молочная перловая	210/10/10	120
375/377	Чай с лимоном	200/15/7	55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
2-й Завтрак			
338	Бананы	200/1шт	192
Обед			
75	Икра свекольная	60	79
113	Суп лапша домашняя	250	108
291	Плов из птицы	90/160	509
349	Компот из смеси сухофруктов	200	120
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	158
	Хлеб ржано-пшеничный	50	128
Полдник			
219	Сырники из творога со сгущенным молоком	150/20	364
382	Какао с молоком	200	450
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
70/71	Огурцы свежие или соленые	60	11
297	Голубцы ленивые	190/40	260,6
310	Картофель отварной	145/5	103
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200/1шт	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржаной пшеничный	50	77
2-й Ужин			
386	Ряженка 2,5% жирности.	200/1шт	50

Ответственный исполнитель: