

Утверждаю
Директор

Е.Б.Волошина



27.12.2024 года

Возрастная группа 7-11 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	75/75
15	Сыр Российский	15	51
182	Каша вязкая молочная «Геркулес»	200/10/10	93
375/376	Чай с сахаром	200/15	83
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
2-й Завтрак			
338	Бананы	200/1шт	192
Обед			
70/71	Помидоры свежие или соленые	60	12
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	75
260	Гуляш из говядины	90/100	204
171/302	Каша рассыпчатая пшенная с маслом	150/5	213
349	Компот из смеси сухофруктов	200	120
	Хлеб пшеничный 1 сорт	50	79
	Хлеб пшеничный ржаной	80	128
Полдник			
224	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	145
385	Молоко кипяченое	200	106
Ужин			
14	Масло сливочное	10	75
70/71	Помидоры свежие или квашенные	60	13
256	Мясо тушеное	90/90	253,12
310	Картофель отварной	145/5	174
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200/1шт	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб пшеничный ржаной	50	77
2-й Ужин			
386	Йогурт фруктово-ягодный 2,5% жирности	200/1шт	71

Ответственный исполнитель: