

Утверждаю  
Директор  
Е.Б.Волошина



29.12.2024 года

Возрастная группа 7-11 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
14	Масло сливочное	10	75
15	Сыр Российский	15	51
182	Каша жидкая молочная с крупой (пшено)	200/10/10	120
375/378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
<b>2-й Завтрак</b>			
338	Апельсины	200/1шт	35
<b>Обед</b>			
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	108
171	Каша рассыпчатая пшениная	150/5	213
279	Тефтели 2 варианта с соусом сметанным, с томатом	90/50	196
349	Компот из смеси сухофруктов	200	120
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	79
	Хлеб пшеничный ржаной	50	128
<b>Полдник</b>			
406	Пирожки печеные дрожжевого теста с картофелем	60/1шт	446
1008	Напиток лимонный	200	90
<b>Ужин</b>			
14	Масло сливочное	10	75
209	Яйца вареные	40/1	51
234	Биточки рыбные	90/5	136
143	Рагу из овощей	150/5	71
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200/1шт	85
	Хлеб пшеничный 1сорт	60	158
	Хлеб пшеничный ржаной	50	77
<b>2-й Ужин</b>			
386	Йогурт фруктово-ягодный 2,5% жирности	200/1шт	71

Ответственный исполнитель: