



Утверждаю
Директор
Е.Б.Волошина



18.03.2025 года

Возрастная группа 7-11 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	75
212	Омлет натуральный	30/106/5	160
196	Плов сладкий	150	329
375/378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный	60	158
2-й Завтрак			
338	Апельсины	200/1шт	35
Обед			
70/71	Помидоры соленые или квашенные	60	18
82	Борщ с капустой и картофелем	250	98
229	Рыба-минтай, тушенная в томате с овощами	100/100	150
312	Пюре картофельное	100	126
342	Компот из свежих яблок	200	112
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	158
	Хлеб ржано-пшеничный	50	128
Полдник			
421	Печенье	60/1шт	128
385	Молоко кипяченое	200	106
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
133	Кукуруза консервированная отварная	60/2	11
290	Птица, тушенная в соусе	90/80	218
171	Каша рассыпчатая гречневая	150/5	244
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200/1шт	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржаной пшеничный	50	77
2-й Ужин			
386	Йогурт фруктовый – ягодный 2,5% жирн.	200/1шт	71

Ответственный исполнитель: