



Утверждаю
Директор
Е.Б.Волошина



13.04.2025 года

Возрастная группа 12-18 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	75
15	Сыр Российский	15	54,6
182	Каша жидкая молочная с крупой (пшено)	250/10/10	100
375/378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
2-й Завтрак			
338	Апельсины	200/1шт	72,92
Обед			
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	150,2
171	Каша рассыпчатая пшениная	200/10	284
279	Тефтели 2 варианта с соусом сметанным, с томатом	120/75	287
349	Компот из смеси сухофруктов	200	120
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Хлеб пшеничный ржаной	90	198
Полдник			
406	Пирожки печеные дрожжевого теста с картофелем	60/1шт	446
1008	Напиток лимонный	200	90
Ужин			
14	Масло сливочное	10	75
209	Яйца вареные	40/1	51
234	Биточки рыбные	100/5	136
143	Рагу из овощей	180/5	174
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200/1шт	85
	Хлеб пшеничный 1сорт	60	158
	Хлеб пшеничный ржаной	30	77
2-й Ужин			
386	Йогурт фруктово-ягодный 2,5% жирности	200/1шт	71

Ответственный исполнитель: