



Утверждаю
Директор
Е.Б. Волошина



16.11.2024 года

Возрастная группа 12-18 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное 7.2% жирности	10	75
182	Каша жидкая молочная рисовая	250/10/10	108
6	Бутерброд с колбасой	20/30	98
375/376	Чай с сахаром	200/15	55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
2-й Завтрак			
	Конфеты шоколадные	30	171
338	Мандарины	200/1шт	88
Обед			
72	Икра баклажанная	100	49
102	Суп картофельный с горохом	300	128
227	Рыба припущенная	100/5	217
312	Пюре картофельное	193/7	126
342	Компот из свежих яблок	200	55,5
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
Полдник			
396	Блины с повидлом	150/20	248
382	Какао с молоком	200	145,2
Ужин			
14	Масло сливочное 7.2% жирности	10	62
	Икра кабачковая (консервированная)	100	49
285	Макаронник с мясом	10/180/10	504
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200/1шт	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржаной пшеничный	30	77
2-й Ужин			
386	Ряженка 2,5% жирн.	200/1шт	71

Ответственный исполнитель: