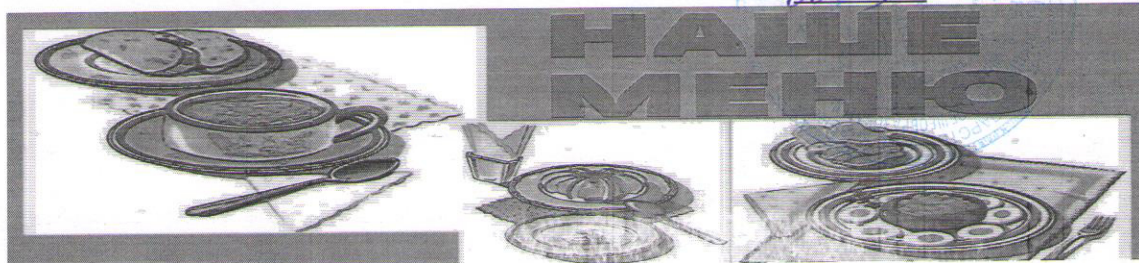


Утверждаю
Директор

Е.Б.Волошина



18.12.2024 года

Возрастная группа 12-18 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
Завтрак			
14	Масло сливочное	10	75
15	Сыр Российский	15	51
182	Каша жидкая молочная перловая	250/10/10	289
375/377	Чай с лимоном	200/15/7	55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	90	237
2-й Завтрак			
338	Бананы	200/1шт	192
Обед			
75	Икра свекольная	100	132
113	Суп лапша домашняя	300	150,2
291	Плов из птицы	100/200	664
349	Компот из смеси сухофруктов	200	120
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
Полдник			
219	Сырники из творога со сгущенным молоком	200/30	468
382	Какао с молоком	200	450
Ужин			
14	Масло сливочное	10	62
70/71	Огурцы свежие или соленые	100	18
297	Голубцы ленивые	130/30	662
310	Картофель отварной	193/7	138
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200/1шт	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	211
	Хлеб ржаной пшеничный	30	77
2-й Ужин			
386	Ряженка 2,5% жирности.	200/1шт	50

Ответственный исполнитель: