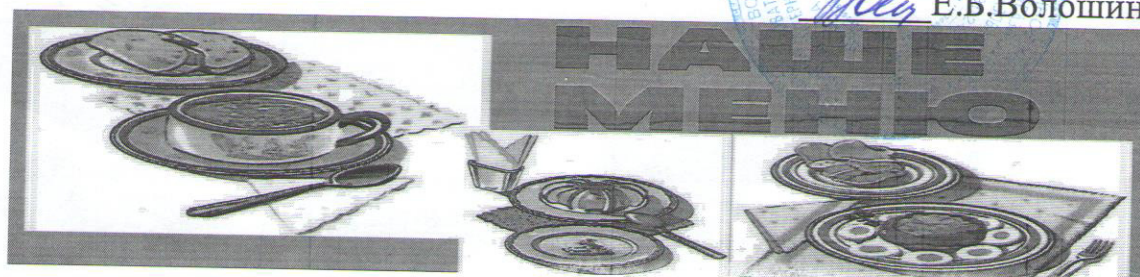




Утверждаю  
Директор  
Е.Б.Волошина



24.12.2024 года

Возрастная группа 12-18 лет

| №<br>рецеп         | Наименование блюда                 | Выход     | Ккал  |
|--------------------|------------------------------------|-----------|-------|
| <b>Завтрак</b>     |                                    |           |       |
| 14                 | Масло сливочное                    | 10        | 75/75 |
| 210                | Омлет натуральный                  | 106/10    | 160   |
| 309                | Макаронные отварные с маслом       | 200/10    | 161   |
| 375/378            | Чай с молоком                      | 150/50/15 | 83    |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт              | 60        | 158   |
| <b>2-й Завтрак</b> |                                    |           |       |
| 338                | Мандарины                          | 200/1шт   | 35    |
| <b>Обед</b>        |                                    |           |       |
|                    | Икра кабачковая (консервированная) | 100       | 49    |
| 102                | Суп картофельный с чечевицей       | 250       | 128   |
| 229                | Рыба, тушенная в томате с овощами  | 100/100   | 150   |
| 349                | Компот из смеси сухофруктов        | 200       | 120   |
| 310                | Картофель отварной с маслом        | 145/5     | 103   |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт              | 80        | 79    |
|                    | Хлеб пшеничный ржаной              | 90        | 198   |
| <b>Полдник</b>     |                                    |           |       |
|                    | Вафли                              | 50        | 130   |
| 379                | Кофейный напиток с молоком         | 200       | 430   |
| <b>Ужин</b>        |                                    |           |       |
| 14                 | Масло сливочное                    | 10        | 75    |
| 74                 | Икра овощная                       | 100       | 48    |
| 244                | Плов из отварной говядины          | 100/200   | 180   |
| 389                | Сок фруктовый (уп.заводская)       | 200/1шт   | 85    |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт              | 80        | 211   |
|                    | Хлеб пшеничный ржаной              | 30        | 77    |
| <b>2-й Ужин</b>    |                                    |           |       |
| 386                | Ряженка 2,5% жирности              | 200/1шт   | 50    |

Ответственный исполнитель: 