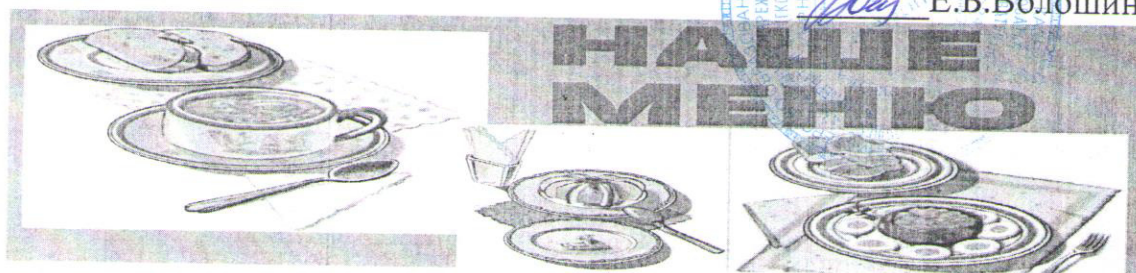


Утверждаю  
Директор  
Е.Б.Волошина



28.01.2025 года

Возрастная группа 12-18 лет

| №<br>рецеп         | Наименование блюда                 | Выход     | Ккал  |
|--------------------|------------------------------------|-----------|-------|
| <b>Завтрак</b>     |                                    |           |       |
| 14                 | Масло сливочное                    | 10        | 75/75 |
| 210                | Омлет натуральный                  | 110/5     | 160   |
| 171                | Рис отварной                       | 200       | 268   |
| 375/378            | Чай с молоком                      | 150/50/15 | 83    |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт              | 90        | 237   |
| <b>2-й Завтрак</b> |                                    |           |       |
| 338                | Бананы                             | 200/1шт   | 192   |
| <b>Обед</b>        |                                    |           |       |
| 78                 | Икра свекольная                    | 100       | 132   |
| 82                 | Борщ с капустой и картофелем       | 300       | 106   |
| 229                | Рыба, тушенная в томате с овощами  | 100/100   | 200   |
| 312                | Пюре картофельное                  | 200       | 168   |
| 349                | Компот из смеси сухофруктов        | 200       | 120   |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт              | 30        | 79    |
|                    | Хлеб пшеничный ржаной              | 90        | 198   |
| <b>Полдник</b>     |                                    |           |       |
| 421                | Булочка сдобная                    | 60/1шт    | 128   |
| 385                | Молоко кипяченое                   | 200/1шт   | 104,8 |
| <b>Ужин</b>        |                                    |           |       |
| 14                 | Масло сливочное                    | 10        | 75    |
| 70/71              | Помидоры свежие или квашенные      | 100       | 21    |
| 243                | Сосиски отварные                   | 100/5     | 102   |
| 203/321            | Макароны отварные, капуста тушеная | 100/5/50  | 161   |
| 389                | Сок фруктовый (завод. упаковка)    | 200/1шт   | 85    |
|                    | Хлеб пшеничный 1 сорт              | 80        | 211   |
|                    | Хлеб пшеничный ржаной              | 30        | 77    |
| <b>2-й Ужин</b>    |                                    |           |       |
| 386                | Кефир                              | 200/1шт   | 50    |

Ответственный исполнитель: