УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Г.Н. Гузий



28 сентября 2022г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
	Завтрак		
14	Масло сливочное	10	62
15	Сыр Российский	15	51
182	Каша жидкая молочная пшенная	250/10/10	307
375/377	Чай с лимоном	200/15/7	55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	90	237
	2-й Завтрак		
219	Сырники из творога	200/30	468
382	Какао с молоком	200	450
	Обед		
	Икра кабачковая (консервированная)	100	132
103	Суп картофельный с макаронами	300	130
291	Плов из птицы	100/200	471
342	Компот из свежей фрукты	200	56
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Полдник		
338	Виноград	200	73
	Ужин		
14	Масло сливочное	10	62
70	Огурцы солёные	100	10
286	Перец фаршированный с мясом и рисом	130/30	662
171	Каша рассыпчатая пшеничная	200/10	284
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	211
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
	2-й Ужин		
386	Ряженка 2,5% жирности	200	51

Мед сестра по питанию_____Э.С.Осипян