УТВЕРЖДАЮ

Директор Г.Н. Гузий



28 сентября 2022г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
	Завтрак		
14	Масло сливочное	10	62
15	Сыр Российский	15	51
182	Каша жидкая молочная пенная	200/10/10	145
375/377	Чай с лимоном	200/15/7	55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	2-й Завтрак		
219	Сырники из творога	150/20	364
382	Какао с молоком	200	450
	Обед		
	Икра кабачковая (консервированная)	60	79
103	Суп картофельный с макаронами	250	108
291	Плов из птицы	90/160	509
342	Компот из свежей фрукты	200	56
	Хлеб ржано-пшеничный	50	128
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Полдник		
338	Виноград	200	73
	Ужин		
14	Масло сливочное	10	62
70	Огурцы солёные	60	11
286	Перец фаршированный с мясом и рисом	130/30	662
171	Каша рассыпчатая пшеничная	150/5	213
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
	2-й Ужин		
386	Ряженка 2,5% жирности	200	51

Мед сестра по питанию Э.С.Осипян