УТВЕРЖДАЮ

Директор _____Г.Н. Гузий



29 сентября 2022г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
	Завтрак		
14	Масло сливочное	10	62
210	Омлет натуральный	53/5	80
204	Макароны отварные с сыром	150/30/7	297
375/378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1с.	90	237
	2-й Завтрак		
	Печенье	50	116
379	Кофейный напиток	200	430
	Обед		
71	Огурцы свежие	100	14
102	Суп картофельный с фасолью	300	153
229	Рыба треска тушеная в томате с овощами	100/100	200
312	Пюре картофельное	193/7	168
342	Компот из свежих плодов	200	517
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
	Полдник		
338	Яблоки	200	73
	Ужин		
14	Масло сливочное	10	62
133	Горошек зеленый консервированный (отварная)	100	16
290	Птица тушеная в соусе	100/80	306
171	Каша рассыпчатая перловая	200/10	284
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	211
	Хлеб ржано-пшеничный	30	66
	Ужин		
386	Йогурт фруктовый- ягодный 2,5 Жирности	200	71

Мед сестра по питанию_____Э.С.Осипян