УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Г.Н. Гузий

29 сентября 2022г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
	Завтрак		
14	Масло сливочное	10	62
210	Омлет натуральный	53/5	80
204	Макароны отварные с сыром	100/20/5	103
375/378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1с.	60	158
	2-й Завтрак		
	Печенье	30	190
379	Кофейный напиток	200	430
	Обед		
71	Огурцы свежие	60	8,4
102	Суп картофельный с фасолью	250	128
229	Рыба треска тушеная в томате с овощами	100/50	150
312	Пюре картофельное	145/5	126
342	Компот из свежих плодов	200	517
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Хлеб ржано-пшеничный	50	128
	Полдник		
338	Яблоки	200	73
	Ужин		
14	Масло сливочное	10	62
133	Горошек зеленый консервированный (отварная)	60	8
290	Птица тушеная в соусе	90/80	245
171	Каша рассыпчатая перловая	150/5	213
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	77
	2-й Ужин		
386	Йогурт фруктовый- ягодный 2,5 Жирности	200	71

Мед сестра по питанию _____ **Э.С.Осипян**