УТВЕРЖДАЮ

Директор_____Е.Н. Гузий

23 января 2023г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
	Завтрак		
14	Масло сливочное	10	62
15	Сыр Российский	15	55
182	Каша жидкая молочная рисовая	250/10/10	289
375/378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1с	90	237
	2-й Завтрак		
222	Пудинг из творога (запеченный)	200/30	525
379	Кофейный напиток с молоком	200	430
	Обед		
47	Салат из квашеной капусты	100	687
102	Суп картофельный с фасолью	300	153
284	Картофельная запеканка с мясом	100/180/10	313
345	Комгот из сухофруктов	200	93
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
	Полдник		
338	Мандарины	200	73
	Ужин		
14	Масло сливочное	10	62
52	Салат из отварной свеклы	100	51
261	Печень тущеная	100/75	324
302	Каша рассыпчатая гречневая	193/7	325
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	211
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
	2-й Ужин		
386	Йогурт фруктово-ягодный 2,5% жирности	200	71

Мед сестра по питанию_____Э.С.Осипян