УТВЕРЖДАЮ

Директор_____Г.Н. Гузий



26 января 2023г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 7-11 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
	Завтрак		
14	Масло сливочное	10	75
210	Омлет натуральный	106/10	160
203	Макаронные изделия отварные с маслом	100/5	198
375/378	Чай с молоком	150/50/15	83
	Хлеб пшеничный 1с	60	158
	2-й Завтрак		
	Вафли	30	130
379	Кофейный напиток с молоком	200	245
	Обед		
71	Огурцы свежие	60	8,4
102	Суп картофельный с горохом	250	72
229	Рыба-треска тушёная в томате с овощами	100/50	150
310	Картофель отварной	145/5	103
349	Компот из смеси сухофруктов	200	120
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Хлеб ржано-пшеничный	50	128
	Полдник		
338	Апельсины	200	73
	Ужин		
14	Масло сливочное	10	75
52	Салат из отварной свеклы	60	51
224	Плов из отварной говядины	90/150	233
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	60	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	77
	2-й Ужин		
386	Ряженка 2,5% жирности	200	50

Мед сестра по питанию_____Э.С.Осипян