

УТВЕРЖДАЮ

Директор  Г.Н. Гузий



28 января 2023г

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 12-18 ЛЕТ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
14	Масло сливочное	10	62
6	Бутерброды с колбасой	20/30	98
182	Каша жидкая молочная с крупой (рис)	200/10	108
375/376	Чай с сахаром	200/15	55
	Хлеб пшеничный 1 сорт	90	158
<b>2-й Завтрак</b>			
	Конфеты шоколадные	50	256
338	Бананы	200	73
<b>Обед</b>			
70	Помидоры солёные	100	10,12
102	Суп картофельный с чечевицей	300	128
312	Пюре картофельное	193/7	126
227	Рыба- скумбрия припущенная	100	217
342	Компот из свежих яблок	200	517
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30	79
	Хлеб ржано-пшеничный	90	198
<b>Полдник</b>			
396	Блины с сгущенным молоком	150/20	248
382	Какао с молоком	200	145
<b>Ужин</b>			
	Икра кабачковая консервированная	100	91
14	Масло сливочное	10	62
285	Макаронник с мясом	100/180	226
389	Сок фруктовый (завод. упаковка)	200	85
	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	158
	Хлеб ржано-пшеничный	30	68
<b>2-й Ужин</b>			
386	Ряженка 2,5% жирности	200	106

Мед сестра по питанию  Э.С.Осипян