

**ОВЗ**

Возрастная категория:от 7 до 18 лет

Характеристика питающихся:Без особенностей

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	<b>Неделя 1 Понедельник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-32з	Морковь в нарезке	40	0.5	0	2.8	13.5
54-1г	Макароны отварные	150	5.3	4.9	32.8	196.8
54-21гн	Какао с молоком	200	4.7	3.5	12.5	100.4
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
Пром.	Колбаса молочная	75	8.8	17.1	0.2	189.6
Пром.	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>605</b>	<b>22.7</b>	<b>26.2</b>	<b>77.8</b>	<b>638.5</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>605</b>	<b>22.7</b>	<b>26.2</b>	<b>77.8</b>	<b>638.5</b>
	<b>Неделя 1 Вторник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-11г	Картофельное пюре	150	3.1	5.3	19.8	139.4
54-5м	Котлета из курицы	100	19.1	4.3	13.4	168.6
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Печенье	50	3.8	4.9	37.2	207.9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>29.8</b>	<b>15</b>	<b>98.5</b>	<b>648.3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>550</b>	<b>29.8</b>	<b>15</b>	<b>98.5</b>	<b>648.3</b>
	<b>Неделя 1 Среда</b>					
	<b>Завтрак</b>					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1
54-1г	Запеканка из творога	150	29.7	10.7	21.6	301.3
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	2.9	11.2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
Пром.	Яблоко	130	0.5	0.5	12.7	57.7
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	20	1.4	1.7	11.1	65.5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>38.6</b>	<b>23.4</b>	<b>76.4</b>	<b>670.4</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>550</b>	<b>38.6</b>	<b>23.4</b>	<b>76.4</b>	<b>670.4</b>
	<b>Неделя 1 Четверг</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20.1	18.8	17.2	317.9
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
Пром.	Хлеб пшеничный	35	2.7	0.3	17.2	82
Пром.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
Пром.	Яблоко	160	0.6	0.6	15.7	71
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>615</b>	<b>24.9</b>	<b>20</b>	<b>66.7</b>	<b>546.7</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>615</b>	<b>24.9</b>	<b>20</b>	<b>66.7</b>	<b>546.7</b>
	<b>Неделя 1 Пятница</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0.6	3.1	1.8	37.5
54-12м	Плов с курицей	200	27.2	8.1	33.2	314.6

54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
Пром.	Яблоко	140	0.6	0.6	13.7	62.2
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>650</b>	<b>32.2</b>	<b>12.2</b>	<b>77.8</b>	<b>550.5</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>650</b>	<b>32.2</b>	<b>12.2</b>	<b>77.8</b>	<b>550.5</b>
	<b>Неделя 2 Понедельник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-3г	Макароны отварные с сыром	150	7.9	6.8	28.7	207.7
54-21гн	Какао с молоком	200	4.7	3.5	12.5	100.4
Пром.	Яблоко	110	0.4	0.4	10.8	48.8
Пром.	Печенье	50	3.8	4.9	37.2	207.9
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>19.8</b>	<b>15.9</b>	<b>108.9</b>	<b>658.6</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>550</b>	<b>19.8</b>	<b>15.9</b>	<b>108.9</b>	<b>658.6</b>
	<b>Неделя 2 Вторник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-11г	Картофельное пюре	180	3.7	6.4	23.8	167.2
54-5м	Котлета из курицы	100	19.1	4.3	13.4	168.6
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
Пром.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
Пром.	Йогурт 3.2%	115	5.8	3.7	4	72.2
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>655</b>	<b>33.1</b>	<b>14.9</b>	<b>74</b>	<b>562.8</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>655</b>	<b>33.1</b>	<b>14.9</b>	<b>74</b>	<b>562.8</b>
	<b>Неделя 2 Среда</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	180	9.9	7.6	43.1	280.4
54-3соус	Соус красный основной	50	1.6	1.2	4.5	35.3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Колбаса молочная	75	8.8	17.1	0.2	189.6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>555</b>	<b>24.1</b>	<b>26.4</b>	<b>77.1</b>	<b>642.6</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>555</b>	<b>24.1</b>	<b>26.4</b>	<b>77.1</b>	<b>642.6</b>
	<b>Неделя 2 Четверг</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-7з	Салат из белокочанной капусты	100	2.5	10.1	10.4	143
54-12м	Плов с курицей	200	27.2	8.1	33.2	314.6
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>33.5</b>	<b>18.7</b>	<b>75</b>	<b>603.7</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>550</b>	<b>33.5</b>	<b>18.7</b>	<b>75</b>	<b>603.7</b>
	<b>Неделя 2 Пятница</b>					
	<b>Завтрак</b>					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5
54-16к	Каша "Дружба"	200	5	5.9	24	168.9

54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	8.6	50.9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
Пром.	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>590</b>	<b>17.9</b>	<b>24</b>	<b>67.1</b>	<b>555</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>590</b>	<b>17.9</b>	<b>24</b>	<b>67.1</b>	<b>555</b>