

### День 3 группы ОВЗ

| 1 неделя                |                                                      | 3 день     |                     |                |              |                   |
|-------------------------|------------------------------------------------------|------------|---------------------|----------------|--------------|-------------------|
| № рец. по сбор          | Наименование блюд                                    | Выход      | Пищевые вещества/г/ |                |              | Энергет. ценность |
|                         |                                                      |            | Б                   | Ж              | У            |                   |
| 1                       | 2                                                    | 3          | 4                   | 5              | 6            | 7                 |
|                         |                                                      |            | <b>Завтрак</b>      |                |              |                   |
| 70/71/2017м             | овощи в нарезке по сезону (огурец )                  | 60         | 0,67                | 0,12           | 2,16         | 13,2              |
| 77-2/2022/<br>332/2017м | биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком | 100/20     | 10,18               | 11,33          | 7,07         | 147,85            |
| 203/2017м               | макароны отварные с маслом                           | 150        | 5,40                | 4,90           | 32,80        | 196,80            |
| 54-3гн/2022н            | чай с сахаром и лимоном                              | 200        | 0,13                | 0,02           | 15,2         | 62                |
| 701/2010м               | хлеб пшеничный                                       | 30         | 2,37                | 0,3            | 14,49        | 70,14             |
|                         | <b>Итого</b>                                         | <b>560</b> | <b>18,75</b>        | <b>16,67</b>   | <b>71,72</b> | <b>489,99</b>     |
|                         | Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%               | 500        | 15,4-<br>19,25      | 15,8-<br>19,75 | 67-83,75     | 470-587,5         |
|                         |                                                      |            |                     |                |              |                   |
|                         |                                                      |            | <b>2й Завтрак</b>   |                |              |                   |
| п.т                     | кисломолочный продукт "Ряженка"                      | 150        | 4,50                | 3,70           | 6,00         | 75,75             |
| 208/2017м               | лапшевник с творогом                                 | 150        | 13,00               | 9,00           | 30,13        | 258,00            |
|                         |                                                      |            |                     |                |              |                   |