

День: четвертый Неделя: первая Сезон: осень-зима  
 Возрастная категория: дети с ОВЗ 7-11 лет (5-ти разовое питание)

**Прогнозирование**

№ рек	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭМ, ккал
			всего	всего		
<b>Завтрак</b>						
127-08	Каша пшеничная молочная	300	6,22	8,46	21,20	198,11
149	Каша с молоком	200	3,30	1,06	14,69	70,46
5-13	Масло сливочное	10	0,00	8,66	0,00	77,92
тгк	Хлеб пшеничный	90	5,36	0,53	35,36	167,94
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>500</b>	<b>14,87</b>	<b>18,70</b>	<b>71,25</b>	<b>514,43</b>
<b>Обед</b>						
747	Икра кабачковая (закусочная)	60	0,78	3,12	5,64	52,44
39-08	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,57	4,87	10,94	90,94
77-08	Котлеты "Здоровые"	90	16,12	21,59	48,73	382,91
92-08	Пюре картофельное	150	3,09	5,49	21,53	146,67
154	Компот из яблок	200	0,42	0,00	24,80	94,67
тгк	Хлеб пшеничный	60	4,29	0,42	28,28	134,35
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>760</b>	<b>26,27</b>	<b>35,40</b>	<b>139,92</b>	<b>901,97</b>
<b>Полдник</b>						
130-13	Ябло отварное	40	4,78	4,05	0,25	56,50
285	"Гребешок" из дрожжевого теста	70	6,07	6,17	40,28	198,24
157	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	15,68	60,76
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>310</b>	<b>11,04</b>	<b>10,26</b>	<b>56,21</b>	<b>315,50</b>
<b>Ужин</b>						
63-08	Гуляш из курицы	90	11,84	7,16	4,63	112,40
106-13	Каша перловая вязкая	150	4,66	3,00	23,02	228,21
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61
тгк	Хлеб ржаной	60	3,72	0,63	22,77	106,03
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>500</b>	<b>20,45</b>	<b>10,84</b>	<b>64,48</b>	<b>502,25</b>
<b>2-ой Ужин</b>						
652	Отвар шиповника	200	0,64	0,25	13,01	49,96
<b>Итого за '2-ой Ужин'</b>		<b>200</b>	<b>0,64</b>	<b>0,25</b>	<b>13,01</b>	<b>49,96</b>
<b>Итого за день</b>		<b>2270</b>	<b>73,27</b>	<b>75,46</b>	<b>344,87</b>	<b>2284,11</b>

**ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 257,61 руб.**

Зав. производством

Ответственный по питанию