

Утверждаю  
 Директор КОУ "Нововаршавская школа-интернат"  
 \_\_\_\_\_ Т.П. Бородавко

Организация: Казенное общеобразовательное учреждение Омской области "Нововаршавская адаптивная школа - интернат"  
 Название меню: основное  
 Возрастная категория: от 7 до 11 лет  
 Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ  
 Срок действия меню: 01.09.2022 - 31.05.2024

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
	<b>Вторник, 1 неделя 12.12.2023</b>					
	<b>Завтрак</b>					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1
54-1т	Запеканка из творога	200	39,5	14,2	28,9	401,7
54-9гн	Чай с брусничкой и сахаром	180	0,2	0,1	6,6	28,1
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	20	1,4	1,7	11,1	65,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Пром.	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>575</b>	<b>46,4</b>	<b>28,4</b>	<b>80,3</b>	<b>761,9</b>
	<b>Рекомендуемая величина</b>		<b>15,4</b>	<b>15,8</b>	<b>67</b>	<b>445.6-540.5</b>
	<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>		<b>29,3</b>	<b>18,1</b>	<b>52,6</b>	
	<b>Второй завтрак</b>					
Пром.	Сок фруктовый	200	0,6	0	33	134,4
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0</b>	<b>33</b>	<b>134,4</b>
	<b>Рекомендуемая величина</b>		<b>3,85</b>	<b>3,95</b>	<b>16,75</b>	<b>111.4-152.8</b>
	<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>		<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>98,2</b>	
	<b>Обед</b>					
54-13з	Салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6	6,1	60,9
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	250	6,4	7,2	13,5	144,5
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8
54-10р	Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)	120	19,5	13,6	7,5	230,3
54-7хн	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3
	<b>Итого за Обед</b>	<b>970</b>	<b>40,1</b>	<b>32,7</b>	<b>114,7</b>	<b>912,8</b>
	<b>Рекомендуемая величина</b>		<b>23,1</b>	<b>23,7</b>	<b>100,5</b>	<b>705-1036.4</b>
	<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>		<b>21,4</b>	<b>17,4</b>	<b>61,2</b>	
	<b>Полдник</b>					
Пром.	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3
Пром.	Печенье	30	2,3	2,9	22,3	124,7
Пром.	Молоко 3.2%	200	5,8	6,4	9,4	118,4
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>8,6</b>	<b>9,8</b>	<b>43,5</b>	<b>296,4</b>
	<b>Рекомендуемая величина</b>		<b>7,7</b>	<b>7,9</b>	<b>33,5</b>	<b>235-458.3</b>
	<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>		<b>12,5</b>	<b>14,6</b>	<b>72,9</b>	
	<b>Ужин</b>					
54-32з	Морковь в нарезке	100	1,3	0,1	6,9	33,7
54-3м	Голубцы ленивые	200	16,9	15,3	12,8	256,6
54-4соус	Соус сметанный натуральный	100	3	16,4	6,5	186
54-45гн	Чай с сахаром	200	0,1	0	5,2	21,4
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>690</b>	<b>27,9</b>	<b>32,7</b>	<b>70,9</b>	<b>689,5</b>
	<b>Рекомендуемая величина</b>		<b>15,4</b>	<b>15,8</b>	<b>67</b>	<b>470</b>
	<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>		<b>21,2</b>	<b>24,9</b>	<b>54</b>	
	<b>Второй ужин</b>					
Пром.	Булка городская	50	3,9	1,2	26,7	133
Пром.	Йогурт 2.5%	200	6,8	5	11	116,2
	<b>Итого за Второй ужин</b>	<b>250</b>	<b>10,7</b>	<b>6,2</b>	<b>37,7</b>	<b>249,2</b>
	<b>Рекомендуемая величина</b>		<b>3,85</b>	<b>3,95</b>	<b>16,75</b>	<b>117,5</b>
	<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>		<b>19,5</b>	<b>11,4</b>	<b>69,1</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>3035</b>	<b>134,3</b>	<b>109,8</b>	<b>380,1</b>	<b>3044,2</b>