

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
	Четверг, 1 неделя 14.12.2023					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,5	17,9	134,2
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	180	3,5	2,6	10,1	77,4
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Банан	120	1,8	0,6	25,2	113,4
	Итого за Завтрак	615	20	23,9	79,1	610,4
	Рекомендуемая величина		15,4	15,8	67	445.6-540.5
	Процент от общей массы пищевых веществ		16,2	19,4	64,4	
	Второй завтрак					
Пром.	Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4
	Итого за Второй завтрак	200	0,6	0,4	32,6	136,4
	Рекомендуемая величина		3,85	3,95	16,75	111.4-152.8
	Процент от общей массы пищевых веществ		1,8	1,2	97	
	Обед					
54-17з	Салат из моркови и чернослива	80	1,2	0,2	17,2	75,7
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,9	7,1	12,7	138
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-2м	Гуляш из говядины	100	17	16,5	3,9	232,1
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3
	Итого за Обед	900	41,2	31,3	132,4	976,9
	Рекомендуемая величина		23,1	23,7	100,5	705-1036.4
	Процент от общей массы пищевых веществ		20,1	15,3	64,6	
	Полдник					
Пром.	Молоко 3.2%	150	4,4	4,8	7,1	88,8
Пром.	Апельсин	120	1,1	0,2	9,7	45,4
Пром.	Пряник	30	1,8	1,4	22,5	109,8
	Итого за Полдник	300	7,3	6,4	39,3	244
	Рекомендуемая величина		7,7	7,9	33,5	235-458.3
	Процент от общей массы пищевых веществ		13,6	12,2	74,2	
	Ужин					
Пром.	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
54-2р	Котлета рыбная (горбуша)	100	17,5	6,6	8,6	163,6
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0,1	6,8	28,9
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Ужин	660	30,3	14,7	85,8	595,9
	Рекомендуемая величина		15,4	15,8	67	470
	Процент от общей массы пищевых веществ		23,2	11,4	65,5	
	Второй ужин					
Пром.	Булка городская	50	3,9	1,2	26,7	133
Пром.	Ряженка 2.5%	150	4,4	3,8	6,3	76,4
	Итого за Второй ужин	200	8,3	5	33	209,4
	Рекомендуемая величина		3,85	3,95	16,75	117,5
	Процент от общей массы пищевых веществ		17,8	10,7	71,5	
	Итого за день	2875	107,7	81,7	402,2	2773