

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>Среда, 2 неделя 20.12.2023</b>					
	<b>Завтрак</b>					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7
54-22к	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,4	24,6	192,7
54-21гн	Какао с молоком	180	4,2	3,2	11,2	90,4
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>475</b>	<b>20</b>	<b>28,7</b>	<b>61,4</b>	<b>583,6</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>17,4</b>	<b>23,8</b>	<b>58,8</b>	
	<b>Второй завтрак</b>					
Пром.	Апельсин	120	1,1	0,2	9,7	45,4
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>120</b>	<b>1,1</b>	<b>0,2</b>	<b>9,7</b>	<b>45,4</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>1,2</b>	<b>97</b>	
	<b>Обед</b>					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1
54-20с	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	10,5	3,3	18,2	144,2
54-8г	Капуста тушеная	150	3,6	4,5	14,6	113,5
54-23м	Биточек из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3	75,9
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>910</b>	<b>41,2</b>	<b>13</b>	<b>118,4</b>	<b>755,3</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>23,9</b>	<b>7,5</b>	<b>68,6</b>	
	<b>Полдник</b>					
Пром.	Банан	120	1,8	0,6	25,2	113,4
Пром.	Вафли	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Молоко 3.2%	150	4,4	4,8	7,1	88,8
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>7</b>	<b>6,4</b>	<b>55,5</b>	<b>307,2</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>10,2</b>	<b>9,3</b>	<b>80,6</b>	
	<b>Ужин</b>					
54-21з	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,3
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,8	17,2	317,9
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
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>550</b>	<b>28,1</b>	<b>20</b>	<b>69,4</b>	<b>568,9</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>23,9</b>	<b>16,9</b>	<b>59,2</b>	
	<b>Второй ужин</b>					
54-14в	Ватрушка с повидлом	60	3,7	1,7	38,8	185,3
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5,4	5	21,6	153
	<b>Итого за Второй ужин</b>	<b>260</b>	<b>9,1</b>	<b>6,7</b>	<b>60,4</b>	<b>338,3</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>12</b>	<b>8,7</b>	<b>79,3</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>2615</b>	<b>106,5</b>	<b>75</b>	<b>374,8</b>	<b>2598,7</b>