

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 12 до 18 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 26.12.2023</b>					
	<b>Завтрак</b>					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	25,3	174,2
54-9гн	Чай с брусникой и сахаром	200	0,3	0,1	7,3	31,2
Пром.	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Батон нарезной	50	3,8	1,5	25,7	130,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>615</b>	<b>13,7</b>	<b>19</b>	<b>83,3</b>	<b>558,6</b>
	<b>Рекомендуемая величина</b>		<b>18</b>	<b>18,4</b>	<b>76,6</b>	<b>515.7-625.6</b>
	<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>		<b>29,5</b>	<b>16,5</b>	<b>54</b>	
	<b>Второй завтрак</b>					
Пром.	Сок фруктовый	200	0,6	0	35	142,4
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0</b>	<b>35</b>	<b>142,4</b>
	<b>Рекомендуемая величина</b>		<b>4,5</b>	<b>4,6</b>	<b>19,15</b>	<b>128.9-176.8</b>
	<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>		<b>1,7</b>	<b>0</b>	<b>98,3</b>	
	<b>Обед</b>					
54-13з	Салат из свеклы отварной	120	1,6	5,4	9,1	91,3
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	300	7,7	8,7	16,2	173,4
54-11г	Картофельное пюре	230	4,7	8,1	30,4	213,7
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 ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1100</b>	<b>43,2</b>	<b>37,1</b>	<b>127,7</b>	<b>1017,1</b>
	<b>Рекомендуемая величина</b>		<b>27</b>	<b>27,6</b>	<b>114,9</b>	<b>816-1199.5</b>
	<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>		<b>20,8</b>	<b>17,8</b>	<b>61,4</b>	
	<b>Полдник</b>					
Пром.	Банан	170	2,55	0,85	35,7	160,7
Пром.	Печенье	30	2,3	2,9	22,3	124,7
Пром.	Молоко 3.2%	150	4,4	4,8	7,1	88,8
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>9,25</b>	<b>8,55</b>	<b>65,1</b>	<b>374,2</b>
	<b>Рекомендуемая величина</b>		<b>9</b>	<b>9,2</b>	<b>38,3</b>	<b>272-530.4</b>
	<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>		<b>11,8</b>	<b>13,6</b>	<b>74,6</b>	
	<b>Ужин</b>					
54-32з	Морковь в нарезке	120	1,6	0,1	8,3	40,4
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	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>745</b>	<b>30,6</b>	<b>33</b>	<b>86,4</b>	<b>765,6</b>
	<b>Рекомендуемая величина</b>		<b>18</b>	<b>18,4</b>	<b>76,6</b>	<b>544</b>
	<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>		<b>20,4</b>	<b>22,1</b>	<b>57,6</b>	
	<b>Второй ужин</b>					
Пром.	Йогурт 2.5%	200	6,8	5	11	116,2
Пром.	Булка городская	50	3,9	1,2	26,7	133
	<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>4,5</b>	<b>4,6</b>	<b>19,15</b>	<b>136</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>3260</b>	<b>108,05</b>	<b>103,85</b>	<b>435,2</b>	<b>3107,1</b>