

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
	Пятница, 1 неделя 29.12.2023					
	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый	60	1,7	0,1	3,5	22,1
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
54-1о	Омлет натуральный	200	16,9	24	4,3	300,6
54-9гн	Чай с брусникой и сахаром	180	0,2	0,1	6,6	28,1
Пром.	Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,28	52,3
Пром.	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	25,6
	Итого за Завтрак	510	25,99	41,76	29,89	599,5
	Рекомендуемая величина		15,4	15,8	67	445.6-540.5
	Процент от общей массы пищевых веществ		25,3	38,3	36,4	
	Второй завтрак					
Пром.	Сок фруктовый	200	0,6	0	33	134,4
	Итого за Второй завтрак	200	0,6	0	33	134,4
	Рекомендуемая величина		3,85	3,95	16,75	111.4-152.8
	Процент от общей массы пищевых веществ		1,8	0	98,2	
	Обед					
54-7з	Салат из белокочанной капусты	80	2	8,1	8,3	114,4
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7	7,1	115,3
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8
54-1м	Бефстроганов из отварной говядины	100	15	15,5	2,4	209,3
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	25,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,3
	Итого за Обед	875	30,67	38,12	83,77	801,7
	Рекомендуемая величина		23,1	23,7	100,5	705-1036.4
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,8	20,3	60,9	
	Полдник					
Пром.	Банан					
Пром.	Печенье					
Пром.	Молоко 3.2%					
	Итого за Полдник					
	Рекомендуемая величина					
	Процент от общей массы пищевых веществ					
	Ужин					
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом					
54-10м	Капуста тушеная с мясом					
54-45гн	Чай с сахаром					
Пром.	Хлеб пшеничный					
Пром.	Хлеб ржаной					
	Итого за Ужин					
	Рекомендуемая величина					
	Процент от общей массы пищевых веществ					
	Второй ужин					
54-9в	Булочка школьная					
Пром.	Йогурт 2.5%					
	Итого за Второй ужин					
	Рекомендуемая величина					
	Процент от общей массы пищевых веществ					
	Итого за день	1585	57,26	79,88	146,66	1535,6