

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
	Вторник, 2 неделя 09.01.2024					
53-19з						
54-1т						
54-9гн						
Пром.						
Пром.						
Пром.						
Пром.						
	Второй завтрак					
Пром.	Сок фруктовый	200	0,6	0	35	142,4
	Итого за Второй завтрак	200	0,6	0	35	142,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15	128,9-176,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		1,7	0	98,3	
	Обед					
54-13з	Салат из свеклы отварной	120	1,6	5,4	9,1	91,3
54-8с	Суп гороховый	300	10,1	6,9	24,4	199,7
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
54-6хн	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
	Итого за Обед	1100	45,6	35,3	137,7	1050,7
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9	816-1199,5
	Процент от общей массы пищевых веществ		20,8	16,1	63	
	Полдник					
Пром.	Яблоко	170	0,7	0,7	16,7	75,5
Пром.	Печенье	30	2,3	2,9	22,3	124,7
Пром.	Молоко 3.2%	150	4,4	4,8	7,1	88,8
	Итого за Полдник	350	7,4	8,4	46,1	289
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3	272-530,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		11,8	13,6	74,6	
	Ужин					
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
54-3соус	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
54-45гн	Чай с сахаром	200	0,1	0	5,2	21,4
Пром.	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Ужин	665	28,3	17,1	81,7	593,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6	544
	Процент от общей массы пищевых веществ		20,4	22,1	57,6	
	Второй ужин					
Пром.	Булка городская	100	7,7	2,4	53,4	266
Пром.	Йогурт 2.5%	0	0	0	0	0
	Итого за Второй ужин	100	7,7	2,4	53,4	266
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15	136
	Процент от общей массы пищевых веществ		19,5	11,4	69,1	
	Итого за день	2415	89,6	63,2	353,9	2341,8