

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
	Понедельник, 2 неделя 22.01.2024					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,5	0,3	132,2
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,2	9,3	34,1	249
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Батон нарезной	50	3,8	1,5	25,7	130,9
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	Итого за Завтрак	680	28,2	39,1	98,1	856,2
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6	515,7-625,6
	Процент от общей массы пищевых веществ		17	23,7	59,3	
	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		4,5	4,6	19,15	128,9-176,8
	Процент от общей массы пищевых веществ		1,8	1,2	97	
	Обед					
54-4з	Перец болгарский в нарезке	120	1,6	0,1	5,9	30,8
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиям	300	7,8	4,2	27,7	179,4
54-9г	Рагу из овощей	200	3,8	10	18,2	177,8
54-30м	Кнели из говядины с рисом	100	14,9	16,1	6,6	230,7
54-1соус	Соус сметанный	20	0,3	1,6	0,7	18,6
54-20хн	Кисель из апельсина	200	0,4	0,1	14,3	59,8
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Обед	1070	38,2	33,3	129,5	970
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9	816-1199,5
	Процент от общей массы пищевых веществ		19	16,6	64,4	
	Полдник					
Пром.	Апельсин	170	1,5	0,3	13,8	64,3
Пром.	Молоко 3.2%	180	5,2	5,8	8,5	106,6
Пром.	Пряник	30	1,8	1,4	22,5	109,8
	Итого за Полдник	380	8,5	7,5	44,8	280,7
	Рекомендуемая величина		9	9,2	38,3	272-530,4
	Процент от общей массы пищевых веществ		14	12,4	73,6	
	Ужин					
54-20з	Горошек зеленый	80	2,3	0,1	4,7	29,5
54-22м	Рагу из курицы	280	29,3	9,9	24,5	304,3
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8
	Итого за Ужин	685	40,8	11,3	90,3	626,7
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6	544
	Процент от общей массы пищевых веществ		28,7	7,9	63,4	
	Второй ужин					
54-1в	Ватрушка творожная	60	9,9	12,4	18	222,8
Пром.	Ряженка 2.5%	150	4,4	3,8	6,3	76,4
	Итого за Второй ужин	210	14,3	16,2	24,3	299,2
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15	136
	Процент от общей массы пищевых веществ		26	29,5	44,5	
	Итого за день	3225	130,6	107,8	419,6	3169,2