

Утверждаю
и.о. Директор КОУ "Нововаршавская школа-интернат"
_____ Л.Ю. Арнович

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
Среда, 1 неделя 31.01.2024						
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
54-16к	Каша "Дружба"	200	5	5,9	24	168,9
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Батон нарезной	50	3,8	1,5	25,7	130,9
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8
Итого за Завтрак		640	22,5	32,1	87,3	727,3
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6	515.7-625.6
Процент от общей массы пищевых веществ			15,8	22,6	61,6	
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						
54-2з	Огурец в нарезке	120	1	0,1	3	16,9
54-27с	Суп с рыбными консервами (сайра)	300	8,9	10,1	18,8	201,9
54-8г	Капуста тушеная	230	5,5	6,9	22,4	174,1
54-23м	Биточек из курицы	100	19,1	4,3	13,4	168,6
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
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		1080	44,9	22,7	129,3	901,3
Рекомендуемая величина			27	27,6	114,9	816-1199.5
Процент от общей массы пищевых веществ			22,7	11,6	65,7	
Полдник						
Пром.	Вафли	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Молоко 3.2%	150	4,4	4,8	7,1	88,8
	Яблоко	170	0,7	0,7	16,7	75,5
Итого за Полдник		370	6,7	12,6	59,5	377,5
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3	272-530.4
Процент от общей массы пищевых веществ			8,5	16	75,5	
Ужин						
54-21з	Ужин					
54-9м	Кукуруза сахарная	80	1,7	0,3	8,2	41,8
54-3гн	Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,8	17,2	317,9
Пром.	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Итого за Ужин		605	31	20,4	85,6	648,8
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6	544
Процент от общей массы пищевых веществ			22,6	14,8	62,5	
Второй ужин						
Пром.	Ватрушка с повидлом	60	3,7	1,7	38,8	185,3
	Снежок 2.5%	200	5,4	5	21,6	153
Итого за Второй ужин		260	9,1	6,7	60,4	338,3
Рекомендуемая величина			4,5	4,6	19,15	136
Процент от общей массы пищевых веществ			12	8,7	79,3	
Итого за день		3155	114,8	94,9	454,7	3129,6