

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
	Среда, 2 неделя 03.04.2024					
	Завтрак					
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
54-22к	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,4	24,6	192,7
54-21гн	Какао с молоком	180	4,2	3,2	11,2	90,4
Пром.	Апельсин	120	1,1	0,2	9,7	45,4
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
	Итого за Завтрак	595	21,1	28,9	71,1	629
	Рекомендуемая величина		15,4	15,8	67	445.6-540.5
	Процент от общей массы пищевых веществ		17,4	23,8	58,8	
	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		3,85	3,95	16,75	111.4-152.8
	Процент от общей массы пищевых веществ		1,8	1,2	97	
	Обед					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1
54-20с	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	10,5	3,3	18,2	144,2
54-8г	Капуста тушеная	150	3,6	4,5	14,6	113,5
54-23м	Биточек из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3	75,9
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
	Итого за Обед	910	41,2	13	118,4	755,3
	Рекомендуемая величина		23,1	23,7	100,5	705-1036.4
	Процент от общей массы пищевых веществ		23,9	7,5	68,6	
	Полдник					
Пром.	Банан	120	1,8	0,6	25,2	113,4
Пром.	Вафли	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Молоко 3.2%	150	4,4	4,8	7,1	88,8
	Итого за Полдник	300	7	6,4	55,5	307,2
	Рекомендуемая величина		7,7	7,9	33,5	235-458.3
	Процент от общей массы пищевых веществ		10,2	9,3	80,6	
	Ужин					
54-21з	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,3
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,8	17,2	317,9
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Ужин	550	28,1	20	69,4	568,9
	Рекомендуемая величина		15,4	15,8	67	470
	Процент от общей массы пищевых веществ		23,9	16,9	59,2	
	Второй ужин					
54-14в	Ватрушка с повидлом	60	3,7	1,7	38,8	185,3
Пром.	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		3,85	3,95	16,75	117,5
	Процент от общей массы пищевых веществ		12	8,7	79,3	
	Итого за день	2815	107,1	75,4	407,4	2735,1