

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	
<b>Понедельник, 2 неделя 15.04.2024</b>						
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>680</b>	<b>28,2</b>	<b>39,1</b>	<b>98,1</b>	<b>856,2</b>
<b>Рекомендуемая величина</b>			<b>18</b>	<b>18,4</b>	<b>76,6</b>	<b>515.7-625.6</b>
<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>			<b>17</b>	<b>23,7</b>	<b>59,3</b>	
<b>Второй завтрак</b>						
Пром.	Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4
<b>Итого за Второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0,6</b>	<b>0,4</b>	<b>32,6</b>	<b>136,4</b>
<b>Рекомендуемая величина</b>			<b>4,5</b>	<b>4,6</b>	<b>19,15</b>	<b>128.9-176.8</b>
<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>			<b>1,8</b>	<b>1,2</b>	<b>97</b>	
<b>Обед</b>						
54-4з	Перец болгарский в нарезке	120	1,6	0,1	5,9	30,8
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	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 апельсинов	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>1070</b>	<b>38,2</b>	<b>33,3</b>	<b>129,5</b>	<b>970</b>
<b>Рекомендуемая величина</b>			<b>27</b>	<b>27,6</b>	<b>114,9</b>	<b>816-1199.5</b>
<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>			<b>19</b>	<b>16,6</b>	<b>64,4</b>	
<b>Полдник</b>						
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.	Печенье	30	2,3	2,9	22,3	124,7
<b>Итого за Полдник</b>		<b>380</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>44,6</b>	<b>295,6</b>
<b>Рекомендуемая величина</b>			<b>9</b>	<b>9,2</b>	<b>38,3</b>	<b>272-530.4</b>
<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>			<b>14</b>	<b>12,4</b>	<b>73,6</b>	
<b>Ужин</b>						
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
<b>Итого за Ужин</b>		<b>685</b>	<b>40,8</b>	<b>11,3</b>	<b>90,3</b>	<b>626,7</b>
<b>Рекомендуемая величина</b>			<b>18</b>	<b>18,4</b>	<b>76,6</b>	<b>544</b>
<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>			<b>28,7</b>	<b>7,9</b>	<b>63,4</b>	
<b>Второй ужин</b>						
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
<b>Итого за Второй ужин</b>		<b>210</b>	<b>14,3</b>	<b>16,2</b>	<b>24,3</b>	<b>299,2</b>
<b>Рекомендуемая величина</b>			<b>4,5</b>	<b>4,6</b>	<b>19,15</b>	<b>136</b>
<b>Процент от общей массы пищевых веществ</b>			<b>26</b>	<b>29,5</b>	<b>44,5</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>3225</b>	<b>131,1</b>	<b>109,3</b>	<b>419,4</b>	<b>3184,1</b>