

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
	Четверг, 2 неделя 18.04.2024					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1
54-1о	Омлет натуральный	200	16,9	24	4,3	300,6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	180	3,5	2,6	10,1	77,4
Пром.	Банан	120	1,8	0,6	25,2	113,4
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	575	26,6	39,4	65,2	720,2
	Рекомендуемая величина		15,4	15,8	67	445.6-540.5
	Процент от общей массы пищевых веществ		20,3	30	49,8	
	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					
54-19с	Борщ с фасолью	250	3,9	6,4	15,4	134,4
54-10г	Картофель отварной в молоке	200	6	7,3	35,4	231,5
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	100	16,7	15,9	6,7	236,5
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	икра из кабачков. Консервы	80	1,5	7,1	6,2	94,8
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	950	37	37,9	126,4	994,6
	Рекомендуемая величина		23,1	23,7	100,5	705-1036.4
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,4	18,9	62,7	
	Полдник					
Пром.	Апельсин	120	1,1	0,2	9,7	45,4
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	300	7,8	7,9	39,1	258,9
	Рекомендуемая величина		7,7	7,9	33,5	235-458.3
	Процент от общей массы пищевых веществ		13,6	12,2	74,2	
	Ужин					
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-2р	Котлета рыбная (горбуша)	100	17,5	6,6	8,6	163,6
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0,1	6,8	28,9
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	560	33,2	15,4	92,7	641,8
	Рекомендуемая величина		15,4	15,8	67	470
	Процент от общей массы пищевых веществ		23,5	10,8	65,6	
	Второй ужин					
Пром.	Ряженка 2.5%	150	4,4	3,8	6,3	76,4
Пром.	Булка городская	50	3,9	1,2	26,7	133
	Итого за Второй ужин	200	8,3	5	33	209,4
	Рекомендуемая величина		3,85	3,95	16,75	117,5
	Процент от общей массы пищевых веществ		17,8	10,7	71,5	
	Итого за день	2785	113,5	106	389	2961,3