

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>Воскресенье, 2 неделя 21.04.2024</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
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9
Пром.	Банан	120	1,8	0,6	25,2	113,4
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Батон нарезной	50	3,8	1,5	25,7	130,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>660</b>	<b>20,6</b>	<b>29,6</b>	<b>105,2</b>	<b>769</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>13,2</b>	<b>19,1</b>	<b>67,7</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>						
54-19с	Борщ с фасолью	300	4,6	7,7	18,4	161,2
54-17м	Запеканка картофельная с печенью	250	28,7	13,8	40,2	399,9
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	Сельдь среднесоленая	120	20,4	10,2	0	173,4
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1000</b>	<b>63,6</b>	<b>33,1</b>	<b>134,1</b>	<b>1088,7</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>27,6</b>	<b>14,3</b>	<b>58,1</b>	
<b>Полдник</b>						
Пром.	Печенье	30	2,3	2,9	22,3	124,7
Пром.	Апельсин	140	1,3	0,3	11,3	52,9
Пром.	Молоко 3.2%	200	5,8	6,4	9,4	118,4
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>370</b>	<b>8,9</b>	<b>8,1</b>	<b>43,2</b>	<b>281,1</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>14,7</b>	<b>13,4</b>	<b>71,9</b>	
<b>Ужин</b>						
54-12м	Плов с курицей	280	38,1	11,3	46,5	440,5
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0,1	6,8	28,9
Пром.	Морская капуста	100	0,9	0,2	3	17,4
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>705</b>	<b>48,2</b>	<b>12,8</b>	<b>109,9</b>	<b>748</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>28,2</b>	<b>7,5</b>	<b>64,3</b>	
<b>Второй ужин</b>						
54-14в	Ватрушка с повидлом	60	3,7	1,7	38,8	185,3
Пром.	Ряженка 2.5%	150	4,4	3,8	6,3	76,4
	<b>Итого за Второй ужин</b>	<b>210</b>	<b>8,1</b>	<b>5,5</b>	<b>45,1</b>	<b>261,7</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>13,8</b>	<b>9,2</b>	<b>77</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>3145</b>	<b>150</b>	<b>89,5</b>	<b>470,1</b>	<b>3284,9</b>