

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
	<b>Четверг, 2 неделя 16.05.2024</b>					
	<b>Завтрак</b>					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,5	0,3	132,2
54-1о	Омлет натуральный	200	16,9	24	4,3	300,7
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
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>640</b>	<b>29,9</b>	<b>44,1</b>	<b>83,4</b>	<b>848,6</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>19</b>	<b>28</b>	<b>53,1</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
54-10г	Картофель отварной в молоке	230	6,9	8,4	40,7	266,3
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	100	1,9	8,9	7,7	118,5
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>1060</b>	<b>39,7</b>	<b>42,2</b>	<b>139,5</b>	<b>1097</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>17,9</b>	<b>19,1</b>	<b>63</b>	
	<b>Полдник</b>					
Пром.	Пряник	30	1,8	1,4	22,5	109,8
Пром.	Молоко 3.2%	180	5,2	5,8	8,5	106,6
Пром.	Апельсин	170	1,5	0,3	13,8	64,3
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>380</b>	<b>8,5</b>	<b>7,5</b>	<b>44,8</b>	<b>280,7</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>					
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8,5	47,9	311,6
54-2р	Котлета рыбная (горбуша)	120	21	7,9	10,3	196,4
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	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8
Пром.	Огурцы консервированные	100	1,3	0,3	5,3	31
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>765</b>	<b>43,2</b>	<b>19,5</b>	<b>125,8</b>	<b>852,9</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>23,1</b>	<b>10,5</b>	<b>66,4</b>	
	<b>Второй ужин</b>					
Пром.	Булка городская	50	3,9	1,2	26,7	133
Пром.	Ряженка 2.5%	150	4,4	3,8	6,3	76,4
	<b>Итого за Второй ужин</b>	<b>200</b>	<b>8,3</b>	<b>5</b>	<b>33</b>	<b>209,4</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>17,8</b>	<b>10,7</b>	<b>71,5</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>3245</b>	<b>130,2</b>	<b>118,7</b>	<b>459,1</b>	<b>3425</b>