

Утверждаю
и.о.Директор КОУ "Нововаршавская школа-интернат"
_____ Л.Ю. Арнович

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	
Понедельник, 1 неделя 20.05.2024						
Завтрак						
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
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	25,3	174,2
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.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Батон нарезной	50	3,8	1,5	25,7	130,9
Итого за Завтрак		680	26,3	35,5	89,3	781,4
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6	515.7-625.6
Процент от общей массы пищевых веществ			17,4	23,5	59,1	
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			4,5	4,6	19,15	128.9-176.8
Процент от общей массы пищевых веществ			1,8	1,2	97	
Обед						
54-4з	Перец болгарский в нарезке	120	1,6	0,1	5,9	30,8
54-17с	Суп из овощей	300	2,1	5,6	12,1	106,8
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 ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Итого за Обед		1070	32,5	34,7	113,9	897,4
Рекомендуемая величина			27	27,6	114,9	816-1199.5
Процент от общей массы пищевых веществ			18	19,2	62,9	
Полдник						
Пром.	Пряник	30	1,8	1,4	22,5	109,8
Пром.	Апельсин	170	1,5	0,3	13,8	64,3
Пром.	Молоко 3.2%	180	5,2	5,8	8,5	106,6
Итого за Полдник		380	8,5	7,5	44,8	280,7
Рекомендуемая величина			9	9,2	38,3	272-530.4
Процент от общей массы пищевых веществ			14	12,4	73,6	
Ужин						
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
Итого за Ужин		685	40,8	11,3	90,3	626,7
Рекомендуемая величина			18	18,4	76,6	544
Процент от общей массы пищевых веществ			28,7	7,9	63,4	
Второй ужин						
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
Итого за Второй ужин		210	14,3	16,2	24,3	299,2
Рекомендуемая величина			4,5	4,6	19,15	136
Процент от общей массы пищевых веществ			2,6	29,5	44,5	
Итого за день		3225	123	105,6	395,2	3021,8