

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 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
	Суббота, 1 неделя 25.05.2024					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1
54-1т	Запеканка из творога	200	39,5	14,2	28,9	401,7
54-21гн	Какао с молоком	180	4,2	3,2	11,2	90,4
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	20	1,4	1,7	11,1	65,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
Пром.	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3
	Итого за Завтрак	595	50	31,8	88,6	839,7
	Рекомендуемая величина		15,4	15,8	67	445.6-540.5
	Процент от общей массы пищевых веществ		29,4	18,6	52	
	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					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1
54-3с	Рассольник Ленинградский	250	5,9	7,2	17	156,9
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
54-4м	Котлета из говядины	90	16,4	15,7	14,8	265,7
54-3соус	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
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	930	38,8	29,6	137,3	970,3
	Рекомендуемая величина		23,1	23,7	100,5	705-1036.4
	Процент от общей массы пищевых веществ		18,9	14,4	66,7	
	Полдник					
Пром.	Банан	120	1,8	0,6	25,2	113,4
Пром.	Вафли	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Молоко 3.2%	150	4,4	4,8	7,1	88,8
	Итого за Полдник	300	7	6,4	55,5	307,2
	Рекомендуемая величина		7,7	7,9	33,5	235-458.3
	Процент от общей массы пищевых веществ		10,2	9,3	80,6	
	Ужин					
54-16з	Винегрет с растительным маслом	75	0,9	6,7	5	83,9
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
54-6р	Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	120	19,9	13,8	3,5	217,2
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
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	635	31,2	26,3	91	724,3
	Рекомендуемая величина		15,4	15,8	67	470
	Процент от общей массы пищевых веществ		21	17,6	61,4	
	Второй ужин					
Пром.	Булка городская	50	3,9	1,2	26,7	133
Пром.	Снежок 2.5%	200	5,4	5	21,6	153
	Итого за Второй ужин	250	9,3	6,2	48,3	286
	Рекомендуемая величина		3,85	3,95	16,75	117,5
	Процент от общей массы пищевых веществ		14,5	9,7	75,8	
	Итого за день	2910	136,9	100,7	453,3	3263,9