

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	ккал
	<b>Среда, 2 неделя 29.05.2024</b>					
	<b>Завтрак</b>					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,5	0,3	132,2
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7
54-22к	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,4	24,6	192,7
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Батон нарезной	50	3,8	1,5	25,7	130,9
Пром.	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>640</b>	<b>24,3</b>	<b>33,6</b>	<b>87,9</b>	<b>751,1</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>16,6</b>	<b>23,1</b>	<b>60,3</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>					
54-2з	Огурец в нарезке	120	1	0,1	3	16,9
54-20с	Суп картофельный с рыбой (минтай)	300	12,6	3,9	21,9	173,1
54-8г	Капуста тушеная	230	5,5	6,9	22,4	174,1
54-23м	Биточек из курицы	100	19,1	4,3	13,4	168,6
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3	75,9
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>1080</b>	<b>48</b>	<b>16,5</b>	<b>135,1</b>	<b>881,5</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>24</b>	<b>8,3</b>	<b>67,6</b>	
	<b>Полдник</b>					
Пром.	Банан	170	2,6	0,9	35,7	160,7
Пром.	Вафли	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Молоко 3.2%	150	4,4	4,8	7,1	88,8
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>350</b>	<b>7,8</b>	<b>6,7</b>	<b>66</b>	<b>354,5</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>9,6</b>	<b>8,3</b>	<b>82,1</b>	
	<b>Ужин</b>					
54-21з	Кукуруза сахарная	80	1,7	0,3	8,2	41,8
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,8	17,2	317,9
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>605</b>	<b>31</b>	<b>20,4</b>	<b>85,6</b>	<b>648,8</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>22,6</b>	<b>14,8</b>	<b>62,5</b>	
	<b>Второй ужин</b>					
54-14в	Ватрушка с повидлом	60	3,7	1,7	38,8	185,3
Пром.	Снежок 2.5%	200	5,4	5	21,6	153
	<b>Итого за Второй ужин</b>	<b>260</b>	<b>9,1</b>	<b>6,7</b>	<b>60,4</b>	<b>338,3</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>12</b>	<b>8,7</b>	<b>79,3</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>3135</b>	<b>120,8</b>	<b>84,3</b>	<b>467,6</b>	<b>3110,6</b>