

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 - 31.05.2025

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	
	Четверг, 2 неделя 12.09.2024					
	Завтрак					
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.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Батон нарезной	50	3,8	1,5	25,7	130,9
Пром.	Банан	120	1,8	0,6	25,2	113,4
	Итого за Завтрак	640	29,9	44,1	83,4	848,6
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6	515.7-625.6
	Процент от общей массы пищевых веществ		19	28	53,1	
	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					
54-19с	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.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Пром.	икра из кабачков. Консервы	100	1,9	8,9	7,7	118,5
	Итого за Обед	1060	39,7	42,2	139,5	1097
	Рекомендуемая величина		27	27,6	114,9	816-1199.5
	Процент от общей массы пищевых веществ		17,9	19,1	63	
	Полдник					
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
	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					
54-4г	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
	Итого за Ужин	665	41,9	19,2	120,5	821,9
	Рекомендуемая величина		18	18,4	76,6	544
	Процент от общей массы пищевых веществ		23,1	10,5	66,4	
	Второй ужин					
Пром.	Булка городская	50	3,9	1,2	26,7	133
Пром.	Ряженка 2.5%	150	4,4	3,8	6,3	76,4
	Итого за Второй ужин	200	8,3	5	33	209,4
	Рекомендуемая величина		4,5	4,6	19,15	136
	Процент от общей массы пищевых веществ		17,8	10,7	71,5	
	Итого за день	3145	128,9	118,4	453,8	3394