

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 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ

Срок действия меню: 01.09.2022 - 31.05.2023

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
<b>Суббота, 1 неделя 21.09.2024</b>						
<b>Завтрак</b>						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,5	0,3	132,2
54-1т	Запеканка из творога	200	39,5	14,2	28,9	401,7
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.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	20	1,4	1,7	11,1	65,5
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>640</b>	<b>53,3</b>	<b>36,4</b>	<b>105</b>	<b>960,5</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>27,4</b>	<b>18,7</b>	<b>53,9</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
54-3с	Рассольник Ленинградский	300	7,1	8,7	20,4	188,3
54-1г	Макароны отварные	200	7,1	6,6	43,7	262,4
54-4м	Котлета из говядины	100	18,2	17,4	16,4	295,2
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	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>1070</b>	<b>44,5</b>	<b>34,6</b>	<b>157</b>	<b>1116,7</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>18,8</b>	<b>14,6</b>	<b>66,5</b>	
<b>Полдник</b>						
Пром.	Вафли	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Банан	170	2,6	0,9	35,7	160,7
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>						
54-16з	Винегрет с растительным маслом	100	1,2	8,9	6,7	111,9
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6	271,4
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 пшеничный	75	5,7	0,6	36,9	175,8
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>745</b>	<b>35,1</b>	<b>30,4</b>	<b>119</b>	<b>889,6</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>19</b>	<b>16,5</b>	<b>64,5</b>	
<b>Второй ужин</b>						
Пром.	Булка городская	50	3,9	1,2	26,7	133
Пром.	Йогурт 2.5%	200	6,8	5	11	116,2
	<b>Итого за Второй ужин</b>	<b>250</b>	<b>10,7</b>	<b>6,2</b>	<b>37,7</b>	<b>249,2</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>14,5</b>	<b>9,7</b>	<b>75,8</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>3255</b>	<b>152</b>	<b>114,7</b>	<b>517,3</b>	<b>3706,9</b>