

**ГООУ "Черноотрожская СОШ" 10-дневное меню для учащихся 7-11 лет (ОВЗ) сезонное(с 03.03.2025 по 30.05.2025)**



Возрастная категория:от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся:Дети с ОВЗ

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
<b>Неделя 1 Понедельник 17.03.2025</b>						
<b>Завтрак</b>						
54-13з*	Салат "Витаминный"***	60	0.8	2.7	4.8	46.8
54-1г	Макароны отварные*	150	5.3	7.6	32.7	220.5
54-2м*	Гуляш из мяса курицы	90	11.6	13	3.9	179
54-3гн	Чай с лимоном с сахаром*	200	0.4	0.1	9.3	39.6
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0.2	5	25.6
Пром.	Хлеб пшеничный	10	0.8	0.1	4.9	23.4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>525</b>	<b>19.9</b>	<b>23.7</b>	<b>60.6</b>	<b>534.9</b>
<b>Второй завтрак</b>						
Пром.	Сок персиковый	200	0.6	0	33	134.4
<b>Итого за Второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0.6</b>	<b>0</b>	<b>33</b>	<b>134.4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>725</b>	<b>20.5</b>	<b>23.7</b>	<b>93.6</b>	<b>669.3</b>

**Средние показатели за период**

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	525	19.9	23.7	60.6	534.9
Второй завтрак	200	0.6	0	33	134.4
Среднее значение за период	725	20.5	23.7	93.6	669.3