

ГОАУ "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	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
Неделя 1 Вторник 18.03.2025						
Завтрак						
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.2	6.3	35.9	233.7
54-4м	Котлета из говядины*	80	12.4	11.2	10.9	194
54-3соус	Соус красный основной	40	1.3	1	3.6	28.2
54-1гн	Чай без сахара	200	0.2	0	0.1	1.4
Пром.	Батон нарезной	30	2.3	0.9	15.4	78.5
Итого за Завтрак		500	24.4	19.4	65.9	535.8
Второй завтрак						
Пром.	Йогурт 2.5%	200	6.8	5	11	116.2
Итого за Второй завтрак		200	6.8	5	11	116.2
Итого за день		700	31.2	24.4	76.9	652

Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	500	24.4	19.4	65.9	535.8
Второй завтрак	200	6.8	5	11	116.2
Среднее значение за период	700	31.2	24.4	76.9	652