

**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
<b>Неделя 1 Среда 19.03.2025</b>						
<b>Завтрак</b>						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2.3	3	0	35.8
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	7.2	9.3	34.1	249
54-21гн	Какао с молоком	200	4.7	3.5	12.5	100.4
Пром.	Батон нарезной	40	3	1.2	20.6	104.7
Пром.	Яблоко	50	0.2	0.2	4.9	22.2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>17.4</b>	<b>17.2</b>	<b>72.1</b>	<b>512.1</b>
<b>Второй завтрак</b>						
Пром.	Сок яблочный	180	0.9	0.2	18.2	77.9
Пром.	Пряник	20	1.2	0.9	15	73.2
<b>Итого за Второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>2.1</b>	<b>1.1</b>	<b>33.2</b>	<b>151.1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>700</b>	<b>19.5</b>	<b>18.3</b>	<b>105.3</b>	<b>663.2</b>

**Средние показатели за период**

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	500	17.4	17.2	72.1	512.1
Второй завтрак	200	2.1	1.1	33.2	151.1
Среднее значение за период	700	19.5	18.3	105.3	663.2