

ГОАУ "Черноотрожская СОШ" 10-дневное меню для учащихся 12-18 лет (ОВЗ) (с 03.03.2025 по 30.05.2025) сезонное



Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
Неделя 1 Среда 19.03.2025						
Завтрак						
54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2.3	3	0	35.8
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	250	9.1	11.6	42.6	311.3
54-21гн	Какао с молоком	200	4.7	3.5	12.5	100.4
Пром.	Хлеб ржаной	100	6.6	1.2	33.4	170.8
Итого за Завтрак		560	22.7	19.3	88.5	618.3
Второй завтрак						
Пром.	Сок яблочный	180	0.9	0.2	18.2	77.9
Пром.	Пряник	20	1.2	0.9	15	73.2
Итого за Второй завтрак		200	2.1	1.1	33.2	151.1
Итого за день		760	24.8	20.4	121.7	769.4

Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	560	22.7	19.3	88.5	618.3
Второй завтрак	200	2.1	1.1	33.2	151.1
Среднее значение за период	760	24.8	20.4	121.7	769.4