

**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
<b>Неделя 1 Четверг 20.03.2025</b>						
<b>Завтрак</b>						
54-9м	Жаркое по-домашнему	250	25.1	23.4	21.5	397.4
54-1гн	Чай без сахара	200	0.2	0	0.1	1.4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	16.7	85.4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>32.4</b>	<b>24.4</b>	<b>62.9</b>	<b>601.4</b>
<b>Второй завтрак</b>						
Пром.	Яблоко	185	0.7	0.7	18.1	82.1
Пром.	Печенье	15	1.1	1.5	11.2	62.4
<b>Итого за Второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>1.8</b>	<b>2.2</b>	<b>29.3</b>	<b>144.5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>750</b>	<b>34.2</b>	<b>26.6</b>	<b>92.2</b>	<b>745.9</b>

**Средние показатели за период**

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	550	32.4	24.4	62.9	601.4
Второй завтрак	200	1.8	2.2	29.3	144.5
Среднее значение за период	750	34.2	26.6	92.2	745.9