

**КОУОО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ГЛУХИХ,
СЛАБОСЛЫШАЮЩИХ И ПОЗДНООГЛОХШИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

1 февраля 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
Завтрак 1	Каша молочная гречневая	250	7,6	6,1	27,3	188,1	54-20к-2020, Новосибирск
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с сыром и маслом	95	3,48	8,31	17,2	157,6	№6, Могильный, 2007
Итого за завтрак 1:		545	15,68	18,01	57,1	446,1	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Яблоко	120	4,36	0,48	0,48	10,68	
Итого за завтрак 2:		320	5,36	0,48	20,68	95,48	
Обед	Щи из капусты на к/м бульоне со сметаной	300	7,6	10,6	8,6	145,5	54-1с-2020, Новосибирск
	Макаронные отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	54-1г-2020, Новосибирск
	Гуляш из говядины	110	14,3	15,1	4,5	189,8	54-2м-2020, Новосибирск
	Сельдь с луком	80	10,55	10,17	1,67	140,44	№83, Курнешова, 2006
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0	27,88	114,6	№342, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	34,4	168	
Итого за обед:		970	45,31	44,07	120,75	1027,64	
Полдник	Апельсины	95	0,81	0,18	7,29	38,7	
	Пряник	45	2,66	2,11	33,75	164,7	
Итого за полдник:		140	3,47	2,29	41,04	203,4	
Ужин	Салат из моркови и яблок	100	0,9	3,16	8,24	128,12	№219, Могильный, 2011
	Сырники из творога со сгущенным молоком	150	6,44	3,51	57,1	357,16	№219, Могильный, 2011
	Колбаса отварная	70	4,58	5,67	10,06	121,81	№185, Могильный, 2011
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81,3	№378, Могильный, 2015
	Бутерброд с маслом	70	1,2	9	6,7	111,9	54-1бз-2020, Новосибирск
Итого за ужин :		590	14,64	22,69	98	800,29	
Ужин 2	Йогурт	200	5,6	5	20,8	150	
Итого за ужин 2:		200	5,6	5	20,8	150	
Итого за день:		2765	90,06	92,54	358,37	2722,91	

Медсестра

Е.В. Барыкина