

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

В.И. Юшина

4 февраля 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 7							
Завтрак	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,7	5,6	29,3	185,7	54-25.1к-2020, Новосибирск
	Омлет натуральный	65	5,12	6,25	2,5	88,73	№117, Могильный, 2017
	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	54-23гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	90	5,8	4,9	11,2	82,5	№3, Лапшина, 2004
Итого за завтрак :		555	20,42	19,65	54,3	442,93	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Бананы	180	2,7	0,9	26,25	172,8	
Итого за завтрак 2:		380	3,7	0,9	46,45	257,6	
Обед	Суп картофельный с горохом на к/м бульоне	300	11,3	7,1	24,6	201,7	54-8с-2020, Новосибирск
	Голубцы с мясом и рисом со сметанным соусом	200	17,3	27,13	2,66	250,63	№161, Могильный 2017
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0	27,88	114,6	№342, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	34,4	168	
Итого за обед:		780	34,36	35,03	89,54	734,93	
Полдник	Апельсин	140	1,26	0,28	11,34	60,2	
	Пряник	45	2,66	2,11	33,75	164,7	
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81,3	№378, Могильный, 2015
Итого за полдник:		385	5,44	3,74	60,99	306,2	
Ужин	Салат витаминный	100	1,14	10,14	11,54	141,94	№2 Могильный, 2011
	Макароны отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	54-1г-2020, Новосибирск
	Колбаса отварная	70	4,58	5,67	10,06	121,81	№185, Могильный, 2011
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Оладьи с вареньем	80	4,2	4,31	40,2	220,3	№296 Могильный, 2017
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	
Итого за ужин 1:		710	21,42	28,12	137,8	906,15	
Ужин 2	Йогурт	200	5,6	5	20,8	150	
Итого за ужин 2:		200	5,6	5	20,8	150	
Итого за день:		3010	90,94	92,44	409,88	2797,81	

Медсестра _____

Е.В. Барыкина