

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

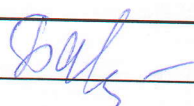
**УТВЕРЖДАЮ**

Директор  В.И. Юшина  
**6 февраля 2024г.**

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи          | Наименование блюда                              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептурника            |
|---------------------|-------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|---------------------------|
|                     |                                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |                           |
| Неделя 1<br>День 2  |                                                 |           |                  |       |          |                         |                           |
| <b>Завтрак</b>      | Вареники ленивые со сметанным соусом            | 200       | 24,38            | 9,72  | 73,7     | 461,66                  | №217, Могильный, 2017     |
|                     | Какао с молоком                                 | 200       | 4,6              | 3,6   | 12,6     | 100,4                   | 54-21гн-2020, Новосибирск |
|                     | Колбаса отварная                                | 70        | 4,58             | 5,67  | 10,06    | 121,81                  | №185, Могильный, 2011     |
|                     | Бутерброд с маслом                              | 90        | 5,8              | 4,9   | 11,2     | 82,5                    | №3, Лапшина, 2004         |
| Итого за завтрак:   |                                                 | 560       | 39,36            | 23,89 | 107,56   | 766,37                  |                           |
| <b>Завтрак 2</b>    | Сок                                             | 200       | 1                | 0     | 20,2     | 84,8                    | №389, Могильный, 2015     |
|                     | Апельсин                                        | 140       | 1,26             | 0,28  | 11,34    | 60,2                    |                           |
| Итого за завтрак 2: |                                                 | 340       | 2,26             | 0,28  | 31,54    | 145                     |                           |
| <b>Обед</b>         | Суп картофельный с рыбой                        | 300       | 15,21            | 6,11  | 8,7      | 120,24                  | №42, Могильный, 2017      |
|                     | Картофельное пюре                               | 200       | 4,1              | 8,1   | 26,4     | 194,4                   | 54-11г-2020, Новосибирск  |
|                     | Оладьи из печени                                | 100       | 4,3              | 11,7  | 11,8     | 22                      | №404, Перевалов           |
|                     | Огурец соленый                                  | 80        | 0,88             | 0,16  | 3,04     | 17,6                    |                           |
|                     | Кисель                                          | 200       | 0,39             | 0,1   | 30,15    | 140,8                   | №356, Могильный, 2015     |
|                     | Хлеб ржаной                                     | 60        | 4,2              | 0,6   | 25,8     | 126                     |                           |
| Итого за обед:      |                                                 | 940       | 29,08            | 26,77 | 105,89   | 621,04                  |                           |
| <b>Полдник</b>      | Яблоко                                          | 150       | 0,6              | 0,6   | 13,35    | 60,45                   |                           |
|                     | Кондитерское изделие (печенье)                  | 30        | 0,62             | 3,91  | 14,23    | 94,34                   |                           |
| Итого за полдник:   |                                                 | 180       | 1,22             | 4,51  | 27,58    | 154,79                  |                           |
| <b>Ужин</b>         | Салат из картофеля с соленым огурцом и горошком | 100       | 1,75             | 6,18  | 9,25     | 99,5                    | №42, Могильный, 2015      |
|                     | Каша гречневая рассыпчатая                      | 200       | 1                | 9,3   | 47,9     | 318,5                   | 54-4г-2020, Новосибирск   |
|                     | Тефтели с рисом в томатном соусе                | 110       | 3,78             | 6,91  | 16,9     | 252,3                   | №279, Могильный, 2011     |
|                     | Чай с сахаром                                   | 200       | 0,2              | 0     | 6,5      | 26,8                    | 54-2гн-2020, Новосибирск  |
|                     | Бутерброд с маслом                              | 90        | 1,2              | 9     | 6,7      | 111,9                   | 54-16з-2020, Новосибирск  |
|                     | Хлеб ржаной                                     | 60        | 4,2              | 0,6   | 25,8     | 126                     |                           |
| Итого за ужин:      |                                                 | 760       | 12,13            | 31,99 | 113,05   | 935                     |                           |
| <b>Ужин 2</b>       | Кефир                                           | 200       | 6                | 5     | 8        | 122                     |                           |
| Итого за ужин 2:    |                                                 | 200       | 6                | 5     | 8        | 122                     |                           |
| Итого за день:      |                                                 | 2980      | 90,05            | 92,44 | 393,62   | 2744,2                  |                           |

Медсестра



Е.В. Барыкина