

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

Директор

В.И. Юшина

21 февраля 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Среда 2

| Прием<br>пищи          | Наименование блюда                  | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептурника               |
|------------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|------------------------------|
|                        |                                     |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |                              |
| Неделя 2<br>День 3     |                                     |           |                  |       |          |                            |                              |
| Завтрак                | Каша молочная "Дружба"              | 250       | 5,3              | 6,1   | 25,6     | 169,4                      | 54-16к-2020,<br>Новосибирск  |
|                        | Омлет натуральный                   | 65        | 5,12             | 6,25  | 2,5      | 88,73                      | №117,<br>Могильный, 2017     |
|                        | Кофейный напиток с молоком          | 200       | 3,8              | 2,9   | 11,3     | 86                         | 54-23гн-2020,<br>Новосибирск |
|                        | Бутерброд с маслом                  | 90        | 5,8              | 4,9   | 11,2     | 82,5                       | №3, Лапшина, 2004            |
| Итого за<br>завтрак :  |                                     | 605       | 20,02            | 20,15 | 50,6     | 426,63                     |                              |
| Завтрак 2              | сок                                 | 200       | 1                | 0     | 20,2     | 84,8                       | №389, Могильный,<br>2015     |
|                        | Банан                               | 150       | 2,25             | 0,75  | 31,5     | 144                        | пром                         |
| Итого за<br>завтрак 2: |                                     | 350       | 3,25             | 0,75  | 51,7     | 228,8                      |                              |
| Обед                   | Суп лапша домашняя на к/б           | 300       | 13               | 3,9   | 64,5     | 354                        | №549, Лапшина,<br>2004       |
|                        | Картофель отварной                  | 200       | 4,18             | 5,3   | 36,28    | 242,3                      | №214, Могильный,<br>2011     |
|                        | Котлета из курицы                   | 110       | 15,4             | 5,3   | 12,1     | 132,8                      | 54-5м-2020,<br>Новосибирск   |
|                        | Икра кабачковая                     | 60        | 0,72             | 2,83  | 4,63     | 46,8                       | пром                         |
|                        | Компот из сухофруктов               | 200       | 0,5              | 0     | 19,8     | 81                         | 54-1хн-2020,<br>Новосибирск  |
|                        | Хлеб ржаной                         | 60        | 4,2              | 0,6   | 25,8     | 126                        | пром                         |
| Итого за<br>обед:      |                                     | 930       | 38               | 17,93 | 163,11   | 982,9                      |                              |
| Полдник                | Апельсины                           | 150       | 1,35             | 0,3   | 12,15    | 64,5                       | пром                         |
|                        | Пирожок с повидлом                  | 60        | 4,64             | 3,89  | 28,9     | 169,3                      | №304, Могильный<br>2011      |
| Итого за<br>полдник:   |                                     | 210       | 5,99             | 4,19  | 41,05    | 233,8                      |                              |
| Ужин                   | Салат из свеклы с солеными огурцами | 100       | 1,26             | 10,08 | 7,76     | 126,80                     | №21 Могильный,<br>2017       |
|                        | Рис отварной                        | 200       | 4,8              | 7,2   | 18,6     | 278,3                      | 54-6г-2020,<br>Новосибирск   |
|                        | Котлета рыбная (минтай)             | 110       | 4,5              | 16,2  | 9,1      | 116,4                      | 54-6р-2020,<br>Новосибирск   |
|                        | Чай с сахаром                       | 200       | 0,2              | 0     | 6,5      | 26,8                       | 54-2гн-2020,<br>Новосибирск  |
|                        | Бутерброд с маслом                  | 70        | 1,2              | 9     | 6,7      | 111,9                      | 54-16з-2020,<br>Новосибирск  |
|                        | Хлеб ржаной                         | 60        | 4,2              | 0,6   | 25,8     | 126                        | пром                         |
| Итого за<br>ужин :     |                                     | 740       | 16,16            | 43,08 | 74,46    | 786,2                      |                              |
| Ужин 2                 | Кефир                               | 200       | 6                | 5     | 8        | 122                        | пром                         |
| Итого за<br>ужин 2:    |                                     | 200       | 6                | 5     | 8        | 122                        |                              |
| Итого за<br>день:      |                                     | 3035      | 89,42            | 91,1  | 388,92   | 2780,33                    |                              |

Медсестра

Е.В. Барыкина