

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ В.И. Юшина
27 февраля 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Вторник 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
Завтрак	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
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	№209, Могильный, 2011
	Бутерброд с маслом	90	5,8	4,9	11,2	82,5	№3, Лапшина, 2004
Итого за завтрак:		530	39,88	22,82	97,8	707,56	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Апельсин	140	1,26	0,28	11,34	60,2	пром
завтрак 2:		340	2,26	0,28	31,54	145	
Обед	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	пром
Итого за обед:		940	29,08	26,77	105,89	621,04	
Полдник	Яблоко	150	0,6	0,6	13,35	60,45	пром
	Кондитерское изделие (печенье)	30	0,62	3,91	14,23	94,34	пром
Итого за полдник:		180	1,22	4,51	27,58	154,79	
Ужин	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	1,78	11,91	16,9	252,3	№279, Могильный, 2011
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Колбаса отварная	58	3,79	4,70	8,34	100,93	№185, Могильный, 2011
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром
Итого за ужин:		728	12,72	32,69	114,69	924,03	
Ужин 2	Кефир	200	6	5	8	122	пром
Итого за ужин 2:		200	6	5	8	122	
Итого за день:		2918	91,1649	92,068	385,49543	2674,418	

Медсестра _____

Е.В. Барыкина