

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

28 февраля 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Среда 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак 1	Суп молочный вермишелевый	250	5,50	4,90	12,30	331,20	№160, Лапшина, 2004
	Омлет натуральный	65	5,12	6,25	2,50	88,73	№117, Могильный, 2017
	Бутерброд с сыром и маслом	95	3,48	8,31	17,20	157,60	№6, Могильный, 2007
	Кофейный напиток с молоком	200	3,80	2,90	11,30	86,00	54-23гн-2020, Новосибирск
Итого за завтрак 1:		610	17,90	22,36	43,30	663,53	
Завтрак 2	сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№389, Могильный, 2015
	Яблоко	150	0,6	0,6	13,35	60,45	пром
	Кондитерское изделие (вафли)	30	0,84	0,99	23,18	106,69	пром
Итого за завтрак 2:		380	2,44	1,59	56,73	251,94	
Обед	Суп овощной на к/б со сметаной	300	2,52	8,98	14,03	147,55	№202, Могильный, 2007
	Плов с курицей	250	34,00	10,10	41,50	393,40	54-12м-2020, Новосибирск
	Лечо	80	0,96	3,77	6,17	62,40	пром
	Кисель	200	0,39	0,10	30,15	140,80	№356, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
Итого за обед:		890	42,07	23,55	117,65	870,15	
Полдник	Бананы	180	2,70	0,90	26,25	17,28	пром
	Пирожок с повидлом	60	4,64	3,89	28,9	169,3	№304, Могильный 2011
Итого за полдник:		240	7,34	4,79	55,15	186,58	
Ужин 1	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1,26	10,08	7,76	126,80	№21 Могильный, 2017
	Картофель отварной	200	4,18	5,30	36,28	242,30	№214, Могильный, 2011
	Рыба жареная (филе)	110	4,10	9,80	9,40	17,30	54-4р-2020, Новосибирск
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	70	1,20	9,00	6,70	111,90	54-16з-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
Итого за ужин 1:		740	15,14	34,78	92,44	651,10	
Ужин 2	Йогурт	200	5,60	5,00	20,80	150,00	пром
Итого за ужин 2:		200	5,60	5,00	20,80	150,00	
Итого за день:		3060	90,49	92,07	386,07	2773,3	

Медсестра

Е.В. Барыкина