

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

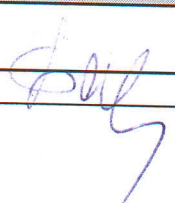
УТВЕРЖДАЮ

Директор  В.И. Юшина
5 марта 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Вторник 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергити ческая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Вареники ленивые со сметанным соусом	200	13,38	9,72	73,7	461,66	№217, Могильный, 2017
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21г-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	28,88	22,82	97,8	707,56	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Сушки	35	3,5	2,63	26,95	147	пром
Итого за завтрак 2:		235	4,5	2,63	47,15	231,8	
Обед	Суп картофельный с рыбой	300	5,21	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	16,7	11,8	22	№404, Перевалов
	Помидор соленый	60	0,66	0,12	2,28	13,2	пром
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0	27,88	114,6	Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром
Итого за обед:		920	18,63	31,63	102,86	590,44	
Полдник	Яблоко	150	6,45	0,6	0,6	13,35	пром
	Сухари	40	3,8	4	30,4	172	пром
Итого за полдник:		190	10,25	4,6	31	185,35	
Ужин 1	Салат из картофеля с зеленым горошком	60	1,75	6,18	9,25	99,5	№42, Могильный, 2015
	Макароны отварные	200	7,1	7,4	13,7	269,3	54-1г-2020, Новосибирск
	Колбаса отварная	70	4,58	5,67	10,06	21,81	№185, Могильный, 2011
	Бутерброд с маслом	70	5,8	4,9	11,2	82,5	№3, Лапшина, 2004
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
Итого за ужин 1:		660	23,63	24,75	76,51	625,91	
Ужин 2	Снежок	200	5,00	5,60	22,00	158,00	пром
Итого за ужин 2:		200	5	5,6	22	158	
Итого за день:		2735	90,89	92,03	377,32	2499,06	

Медсестра  Е.В. Барыкина