

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

11 марта 2024г.

Понедельник 1

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
Завтрак 1	Каша молочная вязкая овсяная	250	8,6	11,3	34,3	155,6	54-9к-2020, Новосибирск
	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	54-23гн-2020, новосибирск
	Бутерброд с сыром и маслом	95	3,48	8,31	17,2	157,6	№6, Могильный, 2007
Итого за завтрак 1:		545	15,88	22,51	62,8	399,2	
Завтрак 2	Сушки	35	3,5	2,63	26,95	147	пром
	Банан	150	2,25	0,75	31,5	144	пром
Итого за завтрак 2:		185	5,75	3,38	58,45	291	
Обед	Свекольник со сметаной на м/к бульоне	300	2,3	9,1	12,05	124,16	№35, Могильный, 2017
	Макароны отварные	200	13,1	2,4	43,7	269,3	54-1г-2020, Новосибирск
	Гуляш из говядины	110	14,3	15,1	4,5	189,8	54-2м-2020, Новосибирск
	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,8	пром
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0	27,88	114,6	№342, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	34,4	168	пром
Итого за обед:		950	36,18	30,23	127,16	912,66	
Полдник	Апельсины	95	0,81	0,18	7,29	38,7	пром
	Сушки	35	3,5	2,63	26,95	147	пром
Итого за полдник:		130	4,31	2,81	34,24	185,7	
Ужин	Винегрет с растительным маслом	100	1,2	9	6,7	111,9	54-16з-2020, Новосибирск
	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3	54-6г-2020, Новосибирск
	Котлета рыбная (минтай)	110	15,5	3,2	9,1	116,4	54-6р-2020, Новосибирск
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	70	1,2	9	6,7	111,9	54-16з-2020, Новосибирск
Итого за ужин :		680	22,9	28,4	77,6	645,3	
Ужин 2	Снежок	200,00	5,00	5,60	22,00	158,00	пром
Итого за ужин 2:		200	5	5,6	22	158	
Итого за день:		2690	90,02	92,93	382,25	2591,86	

Медсестра

Е.В. Барыкина