

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

Директор
12 марта 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

В.И. Юшина

Возрастная категория: 12-18 лет

Вторник 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Вареники ленивые со сметанным соусом	200	24,38	9,72	73,70	461,66	№217, Могильный, 2017
	Какао с молоком	200	4,60	3,60	12,60	100,40	54-21гн-2020, Новосибирск
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	№209, Могильный, 2011
	Бутерброд с маслом	90	5,80	4,90	11,20	82,50	№3, Лапшина, 2004
Итого за завтрак:		530	39,88	22,82	97,80	707,56	
Завтрак 2	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№389, Могильный, 2015
	Яблоко	150	6,45	0,60	0,60	13,35	пром
Итого за завтрак 2:		350	7,45	0,60	20,80	98,15	
Обед	Суп картофельный с рыбой	300	5,21	6,11	8,70	120,24	№42, Могильный, 2017
	Картофельное пюре	200	4,10	8,10	26,40	194,40	54-11г-2020, Новосибирск
	Оладьи из печени	100	4,30	11,70	11,80	22,00	№404, Перевалов
	Огурец соленый	80	0,88	0,16	3,04	17,60	пром
	Компот из свежих плодов (апельсины)	200	0,16	0,00	27,88	114,60	№342, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
	Итого за обед:	940	18,85	26,67	103,62	594,84	
Полдник	Бананы	180	2,70	0,90	26,25	172,80	пром
	Пряник	45	2,66	2,11	33,75	164,70	пром
Итого за полдник:		225	5,36	3,01	60,00	337,50	
Ужин	Салат из картофеля с соленым огурцом и горошком	100	1,75	6,18	9,25	99,50	№42, Могильный, 2015
	Каша гречневая рассыпчатая	200	1,00	9,30	47,90	318,50	54-4г-2020, Новосибирск
	Тефтели из говядины с рисом в томатном соусе	110	1,78	11,91	6,90	252,30	№279, Могильный, 2011
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2гн-2020, Новосибирск
	Батон йодированный	40	1,68	3,04	0,32	94,68	пром
	Колбаса отварная	58	3,79	4,70	8,34	100,93	№185, Могильный, 2011
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
	Итого за ужин :	768	14,40	35,73	105,01	1018,71	
	Ужин 2	200	6,00	5,00	8,00	122,00	пром
Итого за ужин 2:		200	6,00	5,00	8,00	122,00	
Итого за день:		3013	91,94	93,83	395,23	2878,76	

Медсестра

Е.В. Барыкина