

КОУО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ И ПОЗДНООГЛУХИВАЮЩИХСЯ»

Директор
В.И. Юшина



13 марта 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Среды 1

Прием пищи	Неделя 2	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Чесная ценность	Энергетическая ценность	№ рецептурника
День 3	Завтрак	Каша молочная "Дружба"	250	5,3	6,1	25,6	169,4	Новосибирск 54-16к-2020, №117, 2017	
		Омлет натуральный	65	5,12	6,25	2,5	88,73	Новосибирск 54-23гн-2020, №117, 2017	
		Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	Новосибирск 54-23гн-2020, №117, 2017	
		Бутерброд с маслом	90	5,8	4,9	11,2	82,5	Новосибирск 54-23гн-2020, №117, 2017	
		Итого за завтрак:	605	20,02	20,15	50,6	426,63		
Завтрак 2	сок	Банан	150	2,25	0,75	31,5	144	Новосибирск 54-23гн-2020, №117, 2017	
		Супы	35	3,5	2,63	26,95	147	Новосибирск 54-23гн-2020, №117, 2017	
		Итого за завтрак 2:	385	6,75	3,38	78,65	375,8		
		Суп лапша домашняя на к/б	300	13	3,9	64,5	354	Новосибирск 54-23гн-2020, №117, 2017	
		Картофель отварной	200	4,18	5,3	36,28	242,3	Новосибирск 54-23гн-2020, №117, 2017	
Обед		Котлета из курицы	110	15,4	5,3	12,1	132,8	Новосибирск 54-5м-2020, №117, 2017	
		Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,8	Новосибирск 54-5м-2020, №117, 2017	
		Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	Новосибирск 54-1хн-2020, №117, 2017	
		Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	Новосибирск 54-1хн-2020, №117, 2017	
		Итого за обед:	930	38	17,93	163,11	982,9		
Полдник		Апельсины	150	1,35	0,3	12,15	64,5	Новосибирск 54-1хн-2020, №117, 2017	
		Пирожок с повидлом	60	4,64	3,89	28,9	169,3	Новосибирск 54-1хн-2020, №117, 2017	
		Итого за полдник:	210	5,99	4,19	41,05	233,8		
		Ужин	100	1,26	10,08	7,76	126,80	Новосибирск 54-1хн-2020, №117, 2017	
		Рис отварной	200	4,8	7,2	18,6	278,3	Новосибирск 54-1хн-2020, №117, 2017	
		Котлета рыбная (минтай)	110	2,5	15,2	9,1	116,4	Новосибирск 54-6р-2020, №117, 2017	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	Новосибирск 54-2гн-2020, №117, 2017	
		Бутерброд с маслом	70	1,2	9	6,7	111,9	Новосибирск 54-16к-2020, №117, 2017	
		Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	Новосибирск 54-1хн-2020, №117, 2017	
		Итого за ужин:	740	14,16	42,08	74,46	786,2		
Ужин 2	Кефир	Итого за ужин 2	200	6	5	8	122	Новосибирск 54-1хн-2020, №117, 2017	
		Итого за ужин 2:	200	6	5	8	122	Новосибирск 54-1хн-2020, №117, 2017	
		Итого за день:	3070	90,92	92,73	415,87	2927,33		
		Итого за день:	3070	90,92	92,73	415,87	2927,33		
		Итого за день:	3070	90,92	92,73	415,87	2927,33		

Е.В. Барыкина

Медсестра