

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

1 апреля 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Понедельник 1

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	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Кондитерское изделие (печенье)	30	0,62	3,91	14,23	94,34	пром
	Апельсины	95	0,81	0,18	7,29	38,7	пром
Итого за завтрак 2:		325	2,43	4,09	41,72	217,84	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне	300	7,8	4,2	28,03	181,2	54-7с-2020, Новосибирск
	Каша гречневая рассыпчатая	200	20,1	9,3	47,9	318,5	54-4г-2020, Новосибирск
	Котлета из говядины	120	12,4	12,8	15,3	187,1	54-5м-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:		960	46,78	29,93	158,14	1016,2	
Полдник	Яблоко	150	6,45	0,6	0,6	13,35	пром
	Сушки	35	3,5	2,63	26,95	147	пром
Итого за полдник:		185	9,95	3,23	27,55	160,35	
Ужин	Салат из картофеля с соленым огурцом и горошком	100	1,75	6,18	9,25	99,5	№42, Могильный, 2015
	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3	54-6г-2020, Новосибирск
	Котлета рыбная (минтай)	110	2,5	5,2	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	10,45	27,58	80,15	632,9	
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:		2895	90,49	92,94	392,36	2584,49	

Медсестра _____ Е.В. Барыкина