

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ В.И. Юшина
2 апреля 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Вторник 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			числовая 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
	Бананы	180	2,70	0,90	26,25	172,80	пром
Итого за завтрак 2:		380	3,70	0,90	46,45	257,60	
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	2,30	24,70	11,80	22,00	№404, Перевалов
	Огурец соленый	80	0,88	0,16	3,04	17,60	пром
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
Итого за обед:		940	17,19	39,67	95,54	561,24	
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:		95	0,81	0,18	7,29	38,70	
Ужин	Салат из свеклы с соевым соусом и горошком	100	1,75	6,18	9,25	99,50	№42, Могильный, 2015
	Макароны отварные	150	7,1	7,4	33,7	169,3	54-1г-2020, Новосибирск
	Колбаса отварная	58	3,79	4,70	8,34	100,93	№185, Могильный, 2011
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	90	5,80	4,90	11,20	82,50	№3, Лапшина, 2004
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
Итого за ужин:		658	22,84	23,78	94,79	605,03	
Ужин 2	Кефир	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:		2803	90,42	92,35	349,87	2292,13	

Медсестра _____ Е.В. Барыкина