

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

В.И. Юшина

15 апреля 2024г

Понедельник 1

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	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 :		545	15,88	22,51	62,8	399,2	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Бананы	180	2,7	0,9	26,25	172,8	пром
	Кондитерское изделие (печенье)	30	0,62	3,91	14,23	94,34	пром
Итого за завтрак 2:		410	4,32	4,81	60,68	351,94	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/м бульоне	300	12,3	2,9	31,1	181,2	54-7с-2020, Новосибирск
	Запеканка картофельная с говядиной	200	16,5	26,1	16,4	416,4	54-13м-2020, Новосибирск
	Огурец соленый	80	0,88	0,16	3,04	17,6	пром
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром
Итого за обед:		840	34,38	29,76	96,14	822,2	
Полдник	Яблоко	120	0,48	0,48	10,68	48,36	пром
	Сухари	40	3,8	4	30,4	172	пром
Итого за полдник:		120	0,48	0,48	10,68	48,36	
Ужин	Винегрет с растительным маслом	100	1,2	9	6,7	111,9	54-16з-2020, Новосибирск
	Винегрет с растительным маслом	100	1,2	9	6,7	111,9	54-16з-2020, Новосибирск
	Рис отварной	200	4,8	7,2	18,6	278,3	54-6г-2020, Новосибирск
	Рыба тушеная в томате с овощами	110	14,1	0,4	9,2	106,1	54-11р-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	70	5,8	4,9	11,2	82,5	№3, Лапшина, 2004
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
Итого за ужин :		640	31,3	31,1	78,2	816,7	
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:		2755	91,36	94,26	330,5	2596,4	

Медсестра _____

Е.В. Барыкина