

**КОУО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ГЛУХИХ,
СЛАБОСЛЫШАЮЩИХ И ПОЗДНОУСЛУШАЮЩИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

В.И. Юшина

06 мая 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	Макароны отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	54-1г-2020, Новосибирск
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	№209, Могильный, 2011
	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	54-23гн-2020, новосибирск
	Бутерброд с маслом	90	5,8	4,9	11,2	82,5	№3, Лапшина, 2004
Итого за завтрак :		530	21,8	19,8	66,5	500,8	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Апельсин	140	1,26	0,28	11,34	60,2	пром
	Сухари	40	3,8	4	30,4	172	пром
Итого за завтрак 2:		380	6,06	4,28	61,94	317	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/м бульоне	300	11,3	21,9	31,1	181,2	54-7с-2020, Новосибирск
	Картофель отварной	200	4,18	5,3	36,28	242,3	№214, Могильный, 2011
	Котлета из говядины	110	15,4	5,3	12,1	132,8	54-5м-2020, Новосибирск
	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,8	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:		930	36,3	35,93	129,71	810,1	
Полдник	Кондитерское изделие (вафли)	30	0,84	0,99	23,18	106,69	пром
Итого за полдник:		30	0,84	0,99	23,18	106,69	
Ужин	Винегрет с растительным маслом	100	1,2	9	6,7	111,9	54-16з-2020, Новосибирск
	Картофельное пюре	180	4,1	8,1	26,4	194,4	54-11г-2020, Новосибирск
	Рыба жареная	110	4,1	3,8	9,4	117,3	54-4р-2020, Новосибирск
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-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 :		720	19,6	26,4	86	658,9	
Ужин 2	Йогурт	200	5,6	5	20,8	150	пром
Итого за ужин 2:		200	5,6	5	20,8	150	
Итого за день:		2790	90,2	92,4	388,13	2543,49	

Медсестра _____

Е.В. Барыкина