

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



УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

14 мая 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Вторник 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергитическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 2							
Завтрак	Вареники ленивые со сметанным соусом	200	20,38	9,72	73,7	461,66	№217, Могильный, 2017
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с сыром и маслом	95	3,48	8,31	17,2	157,6	№6, Могильный, 2007
Итого за завтрак:		495	28,46	21,63	103,5	719,66	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Сушки	35	3,5	2,63	26,95	147	пром
	Банан	150	2,25	0,75	31,5	144	пром
Итого за завтрак 2:		385	6,75	3,38	78,65	375,8	
Обед	Суп картофельный с рыбой	300	5,21	6,11	8,7	120,24	№42, Могильный, 2017
	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	54-11г-2020, Новосибирск
	Оладьи из печени	100	3,3	8,7	11,8	22	№404, Перевалов
	Салат из свеклы	100	1,26	10,08	7,76	126,80	№21 Могильный, 2017
	Компот из яблок	200	0,16	0	27,88	114,6	№342, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром
Итого за обед:		960	18,23	33,59	108,34	704,04	
Полдник	Апельсин	140	1,26	0,28	11,34	60,2	пром
	Кондитерское изделие (печенье)	30	0,62	3,91	14,23	94,34	пром
Итого за полдник:		170	1,88	4,19	25,57	154,54	
Ужин	Салат из моркови и яблок	100	0,9	10,16	8,24	128,12	№10, Могильный, 2007
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	9,3	47,9	318,5	54-4г-2020, Новосибирск
	Гуляш из говядины	120	8,4	0,4	4,7	283,6	54-2м-2020, Новосибирск
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	90	5,8	4,9	11,2	82,5	№3, Лапшина, 2004
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром
Итого за ужин:		770	30,50	25,36	104,34	965,52	
Ужин 2	Кефир	200	6	5	8	122	пром
Итого за ужин 2:		200	6	5	8	122	
Итого за день:		2980	91,82	93,15	428,4	3041,56	

Медсестра _____

Е.В. Барыкина