

КОУО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ДЕТЕЙ СЛАБОСЛЫШАЩИХ И ПОЗДНОСЛУШАЮЩИХ»

УТВЕРЖДАЮ

В.И. Юшина Директор



Возрастная категория: 12-18 лет

15 мая 2024г.

| Прием пищи          | Наименование блюда             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Итого за день |
|---------------------|--------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|---------------|
|                     |                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |               |
| Неделя 1            |                                |           |                  |       |          |               |
| День 3              |                                |           |                  |       |          |               |
| Завтрак 1           | Суп молочный вермишелевый      | 250       | 5,50             | 4,90  | 12,30    | 331,20        |
|                     | №160, Лавшина, 2004            |           |                  |       |          |               |
|                     | №17, Мотильный, 2017           |           |                  |       |          |               |
|                     | №6, Мотильный, 2007            |           |                  |       |          |               |
|                     | Бутерброд с сыром и маслом     | 95        | 3,48             | 8,31  | 17,20    | 157,60        |
|                     | №6, Мотильный, 2007            |           |                  |       |          |               |
|                     | Кофейный напиток с молоком     | 200       | 3,80             | 2,90  | 11,30    | 86,00         |
|                     | №54-23тн-2020, Новосибирск     |           |                  |       |          |               |
| Итого за завтрак 1: |                                | 610       | 17,90            | 22,36 | 43,30    | 663,53        |
| Завтрак 2           | сок                            | 200       | 1,00             | 0,00  | 20,20    | 84,80         |
|                     | №389, Мотильный, 2015          |           |                  |       |          |               |
|                     | Апельсиновый                   | 110       | 0,99             | 0,22  | 8,91     | 47,30         |
|                     | пром                           |           |                  |       |          |               |
|                     | Кондитерское изделие (вафли)   | 30        | 0,84             | 0,99  | 23,18    | 106,69        |
|                     | пром                           |           |                  |       |          |               |
| Итого за завтрак 2: |                                | 340       | 2,83             | 1,21  | 52,29    | 238,79        |
| Обед                | Суп овощной на к/б со сметаной | 300       | 2,52             | 8,98  | 14,03    | 147,55        |
|                     | №202, Мотильный, 2007          |           |                  |       |          |               |
|                     | Плов с курицей                 | 250       | 34,00            | 10,10 | 41,50    | 393,40        |
|                     | №54-12м-2020, Новосибирск      |           |                  |       |          |               |
|                     | Лечо                           | 80        | 0,96             | 3,77  | 6,17     | 62,40         |
|                     | №54-1хн-2020, Новосибирск      |           |                  |       |          |               |
|                     | 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:      |                                | 890       | 42,18            | 23,45 | 107,30   | 810,35        |
| Полдник             | Пирожок с повидлом             | 60        | 4,64             | 3,89  | 28,9     | 169,3         |
|                     | №304, Мотильный, 2011          |           |                  |       |          |               |
| Итого за полдник:   |                                | 60        | 4,64             | 3,89  | 28,90    | 169,30        |
| Ужин 1              | Винегрет с растительным маслом | 100       | 1,2              | 9     | 6,7      | 111,9         |
|                     | №54-16з-2020, Новосибирск      |           |                  |       |          |               |
|                     | Картофель отварной             | 200       | 4,18             | 5,30  | 36,28    | 242,30        |
|                     | №214, Мотильный, 2011          |           |                  |       |          |               |
|                     | Рыба жареная                   | 110       | 6,10             | 12,80 | 9,40     | 17,30         |
|                     | №54-4р-2020, Новосибирск       |           |                  |       |          |               |
|                     | Чай с сахаром                  | 200       | 0,20             | 0,00  | 6,50     | 26,80         |
|                     | №54-2гн-2020, Новосибирск      |           |                  |       |          |               |
|                     | Бутерброд с маслом             | 70        | 1,20             | 9,00  | 6,70     | 111,90        |
|                     | №54-16з-2020, Новосибирск      |           |                  |       |          |               |
|                     | Хлеб ржаной                    | 60        | 4,20             | 0,60  | 25,80    | 126,00        |
|                     | пром                           |           |                  |       |          |               |
| Итого за ужин 1:    |                                | 740       | 17,08            | 36,70 | 91,38    | 636,20        |
| Ужин 2              | Йогурт                         | 200       | 5,6              | 5     | 20,8     | 150           |
|                     | пром                           |           |                  |       |          |               |
| Итого за ужин 2:    |                                | 200       | 5,60             | 5,00  | 20,80    | 150,00        |
| Итого за день:      |                                | 2840      | 90,23            | 92,61 | 343,97   | 2668,17       |

Медсестра Е.В. Барыкина