

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

16 мая 2024г.

Четверг 1

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак 1	Каша молочная вязкая гречневая	250	8,6	11,3	34,3	155,6	54-9к-2020, Новосибирск
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	№209, Могильный, 2011
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	90	5,8	4,9	11,2	82,5	№3, Лапшина, 2004
Итого за завтрак 1:		580	24,1	24,4	58,4	401,5	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Яблоко	120	0,48	0,48	10,68	48,36	пром
	Сухари	40	3,8	4	30,4	172	пром
Итого за завтрак 2:		360	5,28	4,48	61,28	305,16	
Обед	Борщ со сметаной на к/м бульоне	300	8,1	10,3	35,5	173,1	54-2с-2020, Новосибирск
	Жаркое по-домашнему	250	11,1	2,2	21,5	103,7	54-9м-2020, Новосибирск
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0	27,88	114,6	№342, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	34,4	168	пром
	Квашенная капуста	100	1,2	11,2	6,7	111,9	№21 Могильный, 2017
Итого за обед:		930	26,16	24,5	125,98	671,3	
Полдник	Мармелад	30	0,06	0	25,47	94,8	пром
Итого за полдник:		30	0,06	0	25,47	94,8	
Ужин	Салат из моркови и яблок	100	0,9	10,16	8,24	128,12	№10, Могильный, 2007
	Сырники из творога со сгущенным молоком	150	17,64	6,81	10,52	221,2	№219, Могильный, 2011
	Колбаса отварная	70	4,58	5,67	10,06	121,81	№185, Могильный, 2011
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81,3	№378, Могильный, 2015
	Бутерброд с маслом	70	1,2	9	6,7	111,9	54-16з-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром
Итого за ужин 1:		650	30,04	33,59	77,22	790,33	
Ужин 2	Молоко	200,00	5,00	5,60	22,00	158,00	пром
Итого за ужин 2:		200	5	5,6	22	158	
Итого за день:		2750	90,64	92,57	370,35	2421,09	

Медсестра

Е.В. Барыкина