

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор  В.И. Юшина
21 мая 2024г.




Возрастная категория: 12-18 лет

Вторник 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			калорийная 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
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	№209, Могильный, 2011
	Бутерброд с маслом	90	5,8	4,9	11,2	82,5	№3, Лапшина, 2004
Итого за завтрак:		530	35,88	22,82	97,8	707,56	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Сухари	40	3,8	4	30,4	172	пром
	Апельсин	140	1,26	0,28	11,34	60,2	пром
Итого за завтрак 2:		380	6,06	4,28	61,94	317	
Обед	Суп картофельный крестьянский с рисом	300	11,3	7,1	24,6	201,7	54-8с-2020, Новосибирск
	Капуста тушеная с говядиной	250	1,2	21,2	19,2	111,9	№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:		810	16,86	28,9	97,48	554,2	
Полдник	Яблоко	120	0,48	0,48	10,68	48,36	пром
	Сушки	35	3,5	2,63	26,95	147	пром
Итого за полдник:		155	3,98	3,11	37,63	195,36	
Ужин	Салат из моркови и яблок	100	0,9	10,16	8,24	128,12	№10, Могильный, 2007
	Макароны отварные	200	7,1	7,4	13,7	269,3	54-1г-2020, Новосибирск
	Колбаса отварная	70	4,58	5,67	10,06	21,81	№185, Могильный, 2011
	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:		720	22,78	28,73	75,50	654,53	
Ужин 2	Кефир	200	6	5	8	122	пром
Итого за ужин 2:		200	6	5	8	122	
Итого за день:		2795	91,56	92,84	378,35	2550,65	

Медсестра

 Е.В. Барыкина