

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

Директор _____ УТВЕРЖДАЮ
В.И. Юшина

22 мая 2024г.



Возрастная категория: 12-18 лет

Среда 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 3							
Завтрак	Каша молочная "Дружба"	250	5,3	6,1	25,6	169,4	54-16к-2020, Новосибирск
	Омлет натуральный	65	5,12	6,25	2,5	88,73	№117, Могильный, 2017
	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:		605	20,02	20,15	50,6	426,63	
Завтрак 2	сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Банан	150	2,25	0,75	31,5	144	пром
	Сушки	35	3,5	2,63	26,95	147	пром
Итого за завтрак 2:		385	6,75	3,38	78,65	375,8	
Обед	Щи из капусты на к/м бульоне со сметаной	300	6,6	6,6	8,6	145,5	54-1с-2020, Новосибирск
	Картофель отварной	200	4,18	5,3	36,28	242,3	№214, Могильный, 2011
	Котлета из курицы	110	15,4	5,3	12,1	132,8	54-5м-2020, Новосибирск
	Квашенная капуста	100	1,2	11,2	6,7	111,9	№21 Могильный, 2017
	Кисель	200	0,39	0,1	30,15	140,8	№356, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром
Итого за обед:		970	31,97	29,1	119,63	899,3	
Полдник	Апельсины	150	1,35	0,3	12,15	64,5	пром
	Пирожок с повидлом	60	4,64	3,89	28,9	169,3	№304, Могильный 2011
Итого за полдник:		210	5,99	4,19	41,05	233,8	
Ужин	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1,26	10,08	7,76	126,80	№21 Могильный, 2017
	Рис отварной	200	4,8	7,2	18,6	278,3	54-6г-2020, Новосибирск
	Котлета рыбная (минтай)	110	8,5	5,2	9,1	116,4	54-6р-2020, Новосибирск
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	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:		740	20,16	32,08	74,46	786,2	
Ужин 2	Йогурт	200	5,6	5	20,8	150	
Итого за ужин 2:		200	5,6	5	20,8	150	
Итого за день:		3110	90,49	93,9	385,19	2871,73	

Медсестра _____

Е.В. Барыкина