

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

Директор
В.И. Юшина



Возрастная категория: 12-18 лет

Четверг

Прием пищи	Неделя 2	Наименование блюда				Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептурника
		Пищевые вещества									
День 4											
Завтрак	Капша молочная геркулесовая	250	5,3	6,1	25,6	169,4	Новосибирск	№117, 2017	88,73	86	54-23гн-2020, Новосибирск
		250	5,3	6,1	25,6	169,4	Новосибирск	№117, 2017	88,73	86	54-23гн-2020, Новосибирск
Завтрак 2	сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могилынский, 2015	144	144	147	пром
		200	1	0	20,2	84,8	№389, Могилынский, 2015	144	144	147	пром
Итого за завтрак 2:		385	6,75	3,38	78,65	375,8					
		385	6,75	3,38	78,65	375,8					
Обед	Суп лапша домашняя на к/б	300	13	3,9	64,5	354	№549, Лапшина, 2004				
		300	13	3,9	64,5	354	№549, Лапшина, 2004				
Итого за обед:		930	38,71	18,03	185,08	1118,9					
		930	38,71	18,03	185,08	1118,9					
Полдник	Ватрушка с повидлом	60	4,64	3,89	28,9	169,3	№304, Могилынский, 2011				
		60	4,64	3,89	28,9	169,3	№304, Могилынский, 2011				
Итого за полдник:		60	4,64	3,89	28,9	169,3					
		60	4,64	3,89	28,9	169,3					
Ужин	Салат из свежеты с соевыми стручками	100	1,26	10,08	7,76	126,80	№21 Могилынский, 2017				
		100	1,26	10,08	7,76	126,80	№21 Могилынский, 2017				
Итого за ужин:		100	1,26	10,08	7,76	126,80					
		100	1,26	10,08	7,76	126,80					
Ужин 2	Кефир	740	14,16	42,08	74,46	786,2					
		740	14,16	42,08	74,46	786,2					
Итого за ужин 2:		740	14,16	42,08	74,46	786,2					
		740	14,16	42,08	74,46	786,2					
Итого за день:		2920	90,28	92,53	425,69	2998,83					
		2920	90,28	92,53	425,69	2998,83					

Медсестра
Е.В. Барикина

СБ