

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор В.И. Юшина
26 мая 2024г.



Возрастная категория: 12-18 лет

Воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергитическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 7							
Завтрак 1	Каша молочная рисовая	200	6,2	5,6	29,1	191,3	54-25.к-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	70	5,80	4,90	11,20	82,50	№6, Могильный, 2007
Итого за завтрак 1:		535	20,92	19,65	54,1	448,53	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Бананы	180	2,7	0,9	26,25	172,8	пром
Итого за завтрак 2:		380	3,7	0,9	46,45	257,6	
Обед	Суп картофельный с горохом на к/м бульоне	300	11,3	7,1	24,6	201,7	54-8с-2020, Новосибирск
	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	54-11г-2020, Новосибирск
	Котлета из курицы	120	21,4	4,8	15,3	187,1	54-5м-2020, Новосибирск
	Квашенная капуста	100	1,2	11,2	6,7	111,9	№21 Могильный, 2017
	Компот из свежих плодов(яблок)	200	0,16	0	27,88	114,6	№342, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	34,4	168	
Итого за обед:		780	31,36	42,03	99,54	934,93	
Полдник	Апельсин	110	1,26	0,28	11,34	60,2	№338М, Могильный, 2017
Итого за полдник:		110	1,26	0,28	11,34	60,2	
Ужин	Салат витаминный	100	1,14	5,14	11,54	141,94	№2 Могильный, 2011
	Макароны отварные	150	7,1	7,4	33,7	169,3	54-1г-2020, Новосибирск
	Колбаса отварная	50	10,58	8,67	10,06	121,81	№185, Могильный, 2011
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Блинчики с маслом	80	4	2,6	26,2	46,44	№273, Могильный, 2017
	Хлеб ржаной	40	4,2	0,6	25,8	126	
Итого за ужин 1:		620	27,22	24,41	113,80	632,29	
Ужин 2	Йогурт	200	5,6	5	20,8	150	
Итого за ужин 2:		200	5,6	5	20,8	150	
Итого за день:		2625	90,06	92,27	346,03	2483,55	

Медсестра

Е.В. Барыкина