

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ В.И. Юшина

27 мая 2024г.



Возрастная категория: 12-18 лет

Понедельник 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ческая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Макароны отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	54-1г-2020, Новосибирск
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	№209, Могильный, 2011
	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 :		530	21,8	19,8	66,5	500,8	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Сухари	40	3,8	4	30,4	172	пром
Итого за завтрак 2:		240	4,8	4	50,6	256,8	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/м бульоне	300	11,3	18,9	31,1	181,2	54-7с-2020, Новосибирск
	Запеканка картофельная с говядиной	200	16,5	16,1	16,4	416,4	54-13м-2020, Новосибирск
	Огурец соленый	80	0,88	0,16	3,04	17,6	пром
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром
Итого за обед:		840	33,38	35,76	96,14	822,2	
Полдник	Кондитерское изделие (вафли)	30	0,84	0,99	23,18	106,69	пром
Итого за полдник:		30	0,84	0,99	23,18	106,69	
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
	Рыба жареная	110	4,1	3,8	9,4	117,3	54-4р-2020, Новосибирск
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	70	5,8	4,9	11,2	82,5	№3, Лапшина, 2004
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
Итого за ужин :		740	20,36	26,58	79,26	757,7	
Ужин 2	Молоко	200	5,6	5	20,8	150	пром
Итого за ужин 2:		200	5,6	5	20,8	150	
Итого за день:		2580	86,78	92,13	336,48	2594,19	

Медсестра _____

Е.В. Барыкина