

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

30 мая 2024г.

Пятница

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			калорийная ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 6							
Завтрак	Сырники из творога со сгущенным молоком	150	3,64	2,81	10,52	221,2	№219, Могильный, 2011
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	№209, Могильный, 2011
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом и сыром	95	5,8	4,9	11,2	82,5	№3, Лапшина, 2004
Итого за завтрак :		485	19,14	15,91	34,62	467,1	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Яблоко	110	4,3	0,44	0,44	9,79	пром
	Кондитерское изделие (вафли)	30	0,84	0,99	23,18	106,69	пром
Итого за завтрак 2:		340	6,14	1,43	43,82	201,28	
Обед	Свекольник со сметаной на к/м бульоне	300	7,4	10,1	33	520,3	54-13м-2020, Новосибирск
	Запеканка картофельная с говядиной	200	16,5	26,1	16,4	416,4	54-13м-2020, Новосибирск
	Квашенная капуста	100	1,20	11,20	6,70	111,90	№21 Могильный, 2017
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	34,4	168	пром
Итого за обед:		880	31,2	48,2	110,3	1297,6	
Полдник	Бананы	180	2,70	0,90	26,25	172,80	пром
	Сушки	35	3,5	2,63	26,95	147	пром
Итого за полдник:		215	6,2	3,53	53,2	319,8	
Ужин 1	Салат из картофеля с зеленым горошком	60	1,75	6,18	9,25	99,5	№42, Могильный, 2015
	Рис отварной	200	4,8	7,2	18,6	278,3	54-6г-2020, Новосибирск
	Фрикадельки рыбные в томатном соусе	110	7,1	1,4	9,2	106,1	54-11р-2020, Новосибирск
	Блинчики с маслом	80	4	2,6	26,2	46,44	№273, Могильный, 2017
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
Итого за ужин 1:		710	22,05	17,98	95,55	683,14	
Ужин 2	Кефир	200	6	5	8	122	пром
Итого за ужин 2:		200	6	5	8	122	
Итого за день:		2830	90,73	92,05	345,49	3090,92	

Медсестра

Е.В. Барыкина