

КОУОО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ГЛУХИХ,
СЛАБОСЛЫШАЩИХ И ПОЗДНОГЛУХИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ»



Директор

В.И. Юшина

02 сентября 2024г.

Понедельник 1

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Каша молочная вязкая овсяная	250	8,6	11,3	34,3	155,6	54-9к-2020, Новосибирск
	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	54-23гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с сыром и маслом	95	3,48	7,31	15,2	157,6	№6, Могильный, 2007
Итого за завтрак :		545	15,88	21,51	60,8	399,2	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Сухари	40	3,8	4	30,4	172	
	Апельсин	180	2,7	0,9	16,25	162,8	пром
Итого за завтрак 2:		420	7,5	4,9	66,85	419,6	
Обед	Суп крестьянский с рисом на к/м бульоне	300	12,3	12,9	31,1	181,2	54-11с-2020, Новосибирск
	Макаронные изделия отварные	200	5,1	5,4	43,7	269,3	54-4г-2020, Новосибирск
	Гуляш из говядины	120	20,4	15,4	4,7	283,6	54-2м-2020, Новосибирск
	Салат из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,20	
	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:		940	43,16	34,42	127,38	954,3	
Полдник	Сушка	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	100	1,2	6,3	6,7	111,9	54-13з-2020, Новосибирск
	Рис отварной	200	4,8	5,2	48,6	278,3	54-11г-2020, Новосибирск
	Рыба тушеная в томате с овощами	110	18,1	10,4	7,2	206,1	54-4р-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,
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
Итого за ужин :		740	29,7	31,5	101,5	861	
Ужин 2	Йогурт	200	5,6	5	20,8	150	пром
Итого за ужин 2:		200	5,6	5	20,8	150	
Итого за день:		2875	102,68	98,32	400,51	2890,79	

Медсестра

Е.В. Барыкина