

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

Директор _____

В.И. Юшина

30 сентября 2024г.

Понедельник 1

Возрастная категория: 12-18 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергитическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Каша молочная вязкая овсяная	250	13,6	11,3	44,3	265,6	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	20,88	21,51	70,8	509,2	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Сухари	30	0,84	0,99	13,18	106,69	
	Апельсин	120	1	0,3	8,9	47,8	пром
Итого за завтрак 2:		350	2,84	1,29	42,28	239,29	
Обед	Суп крестьянский с рисом на к/м бульоне	300	12,3	12,9	31,1	181,2	54-11с-2020, Новосибирск
	Макароны 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	54-5з-2020 Новосибирск
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0	27,88	94,6	№342 Могильный 2015
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром
	Итого за обед:		940	42,82	34,42	135,46	967,9
Полдник	Сушка	30	1,5	2,63	26,95	147	пром
Итого за полдник:		30	1,5	2,63	26,95	147	
Ужин	Салат из свеклы и моркови	100	0,9	5,2	7,71	127	№51 Перевалов 2013
	Рис отварной	200	4,8	5,2	48,6	278,3	54-11г-2020, Новосибирск
	Рыба тушеная в томате с овощами	110	8,6	10,4	7,2	206,1	54-11р-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	54-1бз-2020,
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
	Итого за ужин :		740	19,9	30,4	102,51	876,1
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:		2805	93,54	95,25	398,8	2889,49	

Медсестра _____ Е.В. Барыкина