

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

Директор **УТВЕРЖДАЮ** **В.И. Юшина**

05 октября 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 6							
Завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	10,93	12,89	36	310,66	№223, Могильный, 2011
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с сыром и маслом	95	3,48	4,3	17,2	157,6	№6, Могильный, 2007
Итого за завтрак :		445	19,01	20,79	65,8	568,66	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Яблоко	110	4,3	0,44	0,44	9,79	пром
	Мармелад	30	0,06	0	25,47	94,8	
Итого за завтрак 2:		340	5,36	0,44	46,11	189,39	
Обед	Свекольник со сметаной на к/м бульоне	300	2,3	9,1	12,05	154,16	№35 Могильный 2017
	Запеканка картофельная с говядиной	200	19,03	16,1	16,4	416,4	54-13м-2020, Новосибирск
	Салат из свежей капусты и моркови	80	0,72	2,83	4,63	46,8	ТК №4 Пермь 2017
	Компот из апельсинов	200	0,16	0	17,88	114,6	№342, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	34,4	168	пром
Итого за обед:		860	27,81	28,83	85,36	899,96	
Полдник	Апельсины	120	1	0,3	8,9	47,8	пром
	Сушки	35	1,5	2,63	26,95	147	пром
Итого за полдник:		155	2,5	2,93	35,85	194,8	
Ужин 1	Салат из свежих огурцов и помидор	60	0,7	4,1	2,5	49,9	54-5з-2020 Новосибирск
	Каша гречневая рассыпчатая	200	7,5	9,3	46,7	249,6	54-4гс-2020, Новосибирск
	Тефтели рыбные	100	5,3	9,4	25,1	103,1	54-12р-2020 Новосибирск
	Блинчики с маслом	80	4	2,6	26,2	146,44	№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:		700	21,9	26	132,8	701,84	
Ужин 2	Кефир	200	6	6,4	8	158	пром
Итого за ужин 2:		200	6	6,4	8	158	
Итого за день:		2700	82,58	85,39	373,92	2712,65	

Медсестра

Баз

Е.В. Барыкина