

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

Директор  В.И. Юшина

6 октября 2024г

Воскресенье

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 7							
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	6,6	8,1	35,7	242,1	54-21к-2020, Новосибирск
	Яйцо вареное	40	4,8	4,4	0,3	56,6	54-60-2020 Новосибирск
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81,3	№378, Могильный, 2015
	Бутерброд с маслом	90	5,8	4,9	11,2	82,5	54-16з-2020 Новосибирск
Итого за завтрак :		530	18,72	18,75	63,1	462,5	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Апельсины	120	1	0,3	8,8	47,8	пром
Итого за завтрак 2:		320	2	0,3	29	132,6	
Обед	Суп картофельный с горохом	300	11,3	7,1	24,6	201,7	54-8с-2020 Новосибирск
	Картофель отварной	200	4,18	5,3	36,28	242,3	№214, Могильный, 2011
	Котлета из курицы	110	21,4	4,8	15,3	187,2	54-5м-2020, Новосибирск
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0	27,88	114,6	№342, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	34,4	168	пром
Итого за обед:		890	42,64	18	138,46	913,8	
Полдник	Бананы	150	2,2	0,8	31,5	114	пром
	Кондитерское изделие (печенье)	30	0,62	3,91	14,23	94,34	пром
Итого за полдник:		180	2,82	4,71	45,73	208,34	
Ужин 1	Салат витаминный	100	1,14	5,14	11,54	126,80	№2 Могильный, 2017
	Рис отварной	200	4,8	7,2	28,6	278,3	54-6г-2020, Новосибирск
	Котлета из рыбы (минтай)	110	7,6	3,4	8,7	116,4	54-11р-2020, Новосибирск
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Блинчики с маслом	70	1,2	11,8	6,7	111,9	54-16з-2020 Новосибирск
Итого за ужин 1:		740	19,14	28,14	87,84	786,20	
Ужин 2	Кефир	200	6	6,4	8	158	пром
Итого за ужин 2:		200	6	6,4	8	158	
Итого за день:		2860	91,32	76,3	372,13	2661,44	

Медсестра



Е.В. Барыкина