

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

21 октября 2024г.

Понедельник 2

Возрастная категория: 12-18 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептурника |
|------------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|---------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 2 День 1 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша жидкая молочная из манной крупы | 250 | 4,7 | 7,8 | 32,1 | 197,6 | №181, Могильный, 2017 |
| | Омлет натуральный | 65 | 4,12 | 8,28 | 9,5 | 98,73 | 54-1о-2020, Новосибирск |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,8 | 2,9 | 11,3 | 96 | 54-23гн-2020, Новосибирск |
| | Бутерброд с маслом | 70 | 4,8 | 4,9 | 11,2 | 92,5 | №344, Могильный, 2015 |
| Итого за завтрак : | | 585 | 17,42 | 23,88 | 64,1 | 484,83 | |
| Завтрак 2 | Сок | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 94,8 | №389, Могильный, 2015 |
| | Бананы** | 160 | 2,7 | 10,9 | 29,25 | 192,8 | №338М, Могильный 2017 |
| Итого за завтрак 2: | | 360 | 3,7 | 10,9 | 49,45 | 287,6 | |
| Обед | Суп крестьянский с крупяной м/к бульоне | 300 | 4,8 | 7,2 | 29,07 | 241,2 | №98, Могильный, 2015 |
| | Голубцы ленивые со сметанным соусом | 200 | 6,4 | 12,9 | 15,4 | 281,3 | 54-3м-2020, Могильный |
| | 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: | | 780 | 17,3 | 20,9 | 98,67 | 771,5 | |
| Полдник | Яблоко** | 120 | 28,36 | 0,48 | 0,48 | 126,5 | №338М, Могильный, 2017 |
| | Кондитерское изделие (вафли) | 30 | 0,84 | 0,99 | 27,18 | 108,69 | пром. |
| Итого за полдник: | | 150 | 29,2 | 1,47 | 27,66 | 235,19 | |
| Ужин | Салат из белокачанной капусты с морковью | 60 | 1,2 | 10,9 | 9,7 | 115,9 | 54-8з-2020, Новосибирск |
| | Картофель отварной | 180 | 3,1 | 8,1 | 36,4 | 224,6 | №214, Могильный, 2017 |
| | Рыба жареная | 100 | 9,6 | 6,8 | 14,2 | 157,3 | №148, Могильный, 2015 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 54-2гн-2020, Новосибирск |
| | Бутерброд с маслом | 70 | 4,8 | 4,9 | 11,2 | 92,5 | №344, Могильный, 2015 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,20 | 0,60 | 25,80 | 126,00 | пром. |
| Итого за ужин : | | 660 | 23,1 | 31,3 | 103,8 | 743,1 | |
| Ужин 2 | Йогурт | 200 | 4,6 | 5 | 20,8 | 170 | №386, Могильный, 2015 |
| Итого за ужин 2: | | 200 | 4,6 | 5 | 20,8 | 170 | |
| Итого за день: | | 2735 | 95,32 | 93,45 | 364,48 | 2692,22 | |

Медсестра

Е.В. Барыкина