

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ В.И. Юшина

24 ноября 2024г.

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 "Дружба"	200	5,3	6,1	25,3	169,4	54-16к-2020, Новосибирск
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	54-6о-2020, Новосибирск
	Чай с молоком и сахаром	200	1,52	1,35	15,9	134,5	54-4гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с сыром и маслом	95	3,48	8,31	17,2	157,6	№3, Могильный, 2015
Итого за завтрак :		535	15,4	20,36	58,7	524,5	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Апельсины	150	1,35	0,3	12,15	64,5	№338М, Могильный 2017
Итого за завтрак 2:		350	2,35	0,3	32,35	149,3	
Обед	Суп рассольник со сметаной	250	12,3	25,9	14,87	156,8	№132, Лащина, 2004
	Картофель отварной	150	3,18	4,13	26,28	212,3	№214, Могильный, 2015
	Котлета из курицы	110	13,4	4,3	12,1	168,2	54-23м-2020, Новосибирск
	Огурец соленый в нарезке	80	0,6	0,1	2	11,3	54-2з-2020, Новосибирск
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0	27,88	114,6	54-32хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	5,6	0,8	34,4	168	пром.
Итого за обед:		850	35,24	35,23	117,53	831,2	
Полдник	Бананы	120	1,7	0,7	24,25	152,78	№338М, Могильный 2017
	Печенье	30	2,66	2,11	33,75	164,7	пром.
Итого за полдник:		150	4,36	2,81	58	317,48	
Ужин 1	Винегрет с растительным маслом	100	1,26	10,08	7,76	126,80	54-16з-2020, Новосибирск
	Рис отварной	150	4,8	7,2	48,6	278,3	54-6г-2020, Новосибирск
	Рыба тушеная в томате с овощами	110	15,6	10,4	8,7	206	54-11р-2020, Новосибирск
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	50	4,8	3,9	10,02	78,5	№344, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром.
Итого за ужин 1:		670	30,86	32,18	107,38	842,4	
Ужин 2	Кефир	200	6	5	8	122	№386, Могильный, 2015
Итого за ужин 2:		200	6	5	8	122	
Итого за день:		2755	94,21	95,88	381,96	2786,88	

Медсестра _____

Е.В. Барыкина