

КОУО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ БУДУЩИХ
СЛАБОСЛЫШАЩИХ И ПОЗДНОУСЛУШАЮЩИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор В.И. Юшина



27 ноября 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 3							
Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная	250	5,3	6,1	23,6	149,4	54-6к-2020, Новосибирск
	Омлет натуральный	65	5,12	6,25	2,5	88,73	54-1з-2020, Новосибирск
	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	54-23гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	60	5,8	4,9	11,2	82,5	№344, Могильный, 2015
Итого за завтрак :		575	20,02	20,15	48,6	406,63	
Завтрак 2	сок	200	0,7	0	19,2	64,8	№389, Могильный, 2015
	Банан	150	2,25	0,75	28,5	172,8	№338М, Могильный, 2017
	Кондитерское изделие (вафли)	30	0,84	0,99	23,18	106,69	пром.
Итого за завтрак 2:		380	3,79	1,74	70,88	344,29	
Обед	Суп овощной	300	11,3	3,9	64,5	354	№202, Могильный, 2007
	Картофельное пюре	200	4,18	7,3	26,28	242,3	54-11г-2020, Новосибирск
	Котлета из курицы	100	13,4	6,3	12,1	132,8	54-5м-2020, Новосибирск
	Огурец свежий в нарезке	100	1,1	0,2	3,8	13,2	54-2з-2020, Новосибирск
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	40	4,2	0,6	25,8	126	пром.
Итого за обед:		940	34,68	18,3	152,28	949,3	
Полдник	Апельсины	150	1,35	0,3	11,15	64,5	№338М, Могильный, 2017
	Ватрушка творожная	60	6,03	7,89	18,9	169,3	54-1в-2020, Новосибирск
Итого за полдник:		210	7,38	8,19	30,05	233,8	
Ужин	Салат из свеклы отварной	60	1,26	10,08	7,76	126,80	54-1зз-2020, Новосибирск
	Рис отварной	150	4,8	7,2	28,6	158,3	54-6г-2020, Новосибирск
	Котлета рыбная (минтай)	100	8,5	8,2	9,1	114,4	54-3р-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	№344, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	40	4,2	0,6	25,8	126	пром.
Итого за ужин :		620	20,16	35,08	84,46	664,2	
Ужин 2	Снежок	200	5,00	5,60	22,00	158,00	№386, Могильный, 2015
Итого за ужин 2:		200	5	5,6	22	158	
Итого за день:		2925	91,03	89,06	408,27	2756,22	

Медсестра

Е.В. Барыкина