

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор  В.И. Юшина

28 ноября 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
Завтрак 1	Суп молочный с гречневой крупой	250	3,6	5,1	27,3	188,1	54-17к-2020, Новосибирск
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с сыром и маслом	95	1,48	4,31	17,2	157,6	№3, Могильный, 2015
Итого за завтрак 1:		545	9,68	13,01	57,1	446,1	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Яблоко	120	28,36	0,48	0,48	10,68	№338М, Могильный, 2017
Итого за завтрак 2:		320	29,36	0,48	20,68	95,48	
Обед	Щи из капусты на к/м бульоне со сметаной	300	6,6	10,6	8,6	145,5	54-1с-2020, Новосибирск
	Макароны отварные	200	5,1	5,4	63,7	269,3	54-1г-2020, Новосибирск
	Гуляш из говядины	110	6,3	8,1	12,5	189,8	54-2м-2020, Новосибирск
	Огурец свежий в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1	54-2з-2020, Новосибирск
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0	27,88	114,6	54-32хп-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	34,4	168	пром.
	Итого за обед:		990	24,56	25	149,58	901,3
Полдник	Апельсины	95	0,81	0,18	7,29	38,7	№338М, Могильный, 2017
	Пряник	45	1,66	1,11	53,75	164,7	пром.
Итого за полдник:		140	2,47	1,29	61,04	203,4	
Ужин	Салат из моркови и яблок	100	0,9	8,16	12,24	128,12	54-11з-2020, Новосибирск
	Сырники со сгущенным молоком	150	12,44	19,51	17,1	357,16	54-6г-2020, Новосибирск
	Колбаса отварная	70	3,58	5,67	10,06	121,81	№413, Липина 2004
	Чай с молоком и сахаром	200	1,52	2,35	15,9	81,3	54-4гп2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	70	1,2	9	6,7	111,9	№344, Могильный, 2015
Итого за ужин:		590	19,64	44,69	62	800,29	
Ужин 2	Йогурт	200	4,6	5	20,8	150	№386, Могильный, 2015
Итого за ужин 2:		200	4,6	5	20,8	150	
Итого за день:		2785	90,31	89,47	371,2	2596,57	

Медсестра  Е.В. Барыкина