

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

17 декабря 2024г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 2</b>							
<b>Завтрак</b>	Вареники ленивые со сметанным соусом	200	10,38	8,75	53,7	291,32	№217, Могильный, 2017
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн-2020, Новосибирск
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	54-6о-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	60	2,4	3,7	11,2	82,5	№344, Могильный, 2015
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>500</b>	<b>22,48</b>	<b>20,65</b>	<b>77,8</b>	<b>537,22</b>	
<b>Завтрак 2</b>	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Апельсин	140	1,26	0,28	11,34	60,2	№338М, Могильный 2017
<b>Итого за завтрак 2:</b>		<b>340</b>	<b>2,26</b>	<b>0,28</b>	<b>31,54</b>	<b>145</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с рыбой	250	12,21	4,11	5,7	125,4	№42, Могильный, 2017
	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	54-11г-2020, Новосибирск
	Оладьи из пчени	100	16,3	11,7	13,8	54,2	№284, Могильный, 2011в
	Салат из свежей капусты	40	0,66	0,14	2,04	15,6	54-5з-2020, Новосибирск
	Напиток апельсиновый	200	0,39	0	31,15	140,8	54-33хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром.
<b>Итого за обед:</b>		<b>850</b>	<b>37,86</b>	<b>24,65</b>	<b>104,89</b>	<b>656,4</b>	
<b>Полдник</b>	Яблоко	150	0,6	0,6	13,35	60,45	№338М, Могильный 2017
	Кондитерское изделие (печенье)	30	0,62	3,91	15,23	94,34	пром.
<b>Итого за полдник:</b>		<b>180</b>	<b>1,22</b>	<b>4,51</b>	<b>28,58</b>	<b>154,79</b>	
<b>Ужин</b>	Салат из картофельный с соленым огурцом и горошком	100	1,75	6,18	9,25	109,5	№42, Могильный, 2015
	Каша гречневая рассыпчая	150	8,3	2,6	37,6	418,5	54-4г-2020, Новосибирск
	Гёфтели из говядины с рисом в томатном соусе	110	10,78	17,91	17,9	264,3	№252, Могильный, 2011
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром.
	Бутерброд с маслом	60	0,8	7,4	6,7	111,9	№344, Могильный, 2015
<b>Итого за ужин :</b>		<b>680</b>	<b>26,03</b>	<b>34,69</b>	<b>103,75</b>	<b>1057</b>	
<b>Ужин 2</b>	Кефир	200	6	5	8	122	№386, Могильный, 2015
<b>Итого за ужин 2:</b>		<b>200</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>122</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2750</b>	<b>95,85</b>	<b>89,78</b>	<b>354,56</b>	<b>2672,41</b>	

Медсестра

*Ва*

Е.В. Барыкина