

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

18 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 3</b>							
<b>Завтрак 1</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,50	3,90	12,30	231,23	54-19к-2020, Новосибирск
	Омлет натуральный	60	4,12	5,25	1,50	68,73	54-1о-2020, Новосибирск
	Бутерброд с сыром и маслом	95	3,48	8,31	17,20	157,60	№3, Могильный, 2015
	Кофейный напиток с молоком	200	3,80	2,90	11,30	86,00	54-23гн-2020, Новосибирск
<b>Итого за завтрак 1:</b>		<b>555</b>	<b>15,90</b>	<b>20,36</b>	<b>42,30</b>	<b>543,56</b>	
<b>Завтрак 2</b>	сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№389, Могильный, 2015
	Кондитерское изделие (вафли)	30	0,84	0,99	23,18	106,69	пром.
<b>Итого за завтрак 2:</b>		<b>230</b>	<b>1,84</b>	<b>0,99</b>	<b>43,38</b>	<b>191,49</b>	
<b>Обед</b>	Суп овощной на к/б со сметаной	300	2,52	8,98	14,03	147,55	№202, Могильный, 2007
	Плов с курицей	200	31,44	12,10	41,50	395,40	54-12м-2020, Новосибирск
	Огурец соленый в нарезке	40	0,96	5,77	6,17	62,40	54-2з-2020, Новосибирск
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром.
<b>Итого за обед:</b>		<b>800</b>	<b>39,62</b>	<b>27,45</b>	<b>107,30</b>	<b>812,35</b>	
<b>Полдник</b>	Бананы	180	2,70	0,90	26,25	17,28	№338М, Могильный 2017
	Пирожок с повидлом	60	4,64	3,89	28,9	169,3	№304, Могильный 2011
<b>Итого за полдник:</b>		<b>240</b>	<b>7,34</b>	<b>4,79</b>	<b>55,15</b>	<b>186,58</b>	
<b>Ужин 1</b>	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,26	10,08	7,76	126,80	№53, Могильный, 2017
	Картофель отварной	180	4,18	5,30	36,28	242,30	№214, Могильный, 2011
	Рыба жареная	110	12,10	5,80	11,40	120,60	№146, Могильный, 2015
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	50	1,20	9,00	6,70	111,90	54-2гн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	25,80	126,00	пром.
<b>Итого за ужин 1:</b>		<b>680</b>	<b>22,14</b>	<b>30,78</b>	<b>94,44</b>	<b>754,40</b>	
<b>Ужин 2</b>	Снежок	200	5,00	5,60	22,00	158,00	№386, Могильный, 2015
<b>Итого за ужин 2:</b>		<b>200</b>	<b>5,00</b>	<b>5,60</b>	<b>22,00</b>	<b>158,00</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2705</b>	<b>91,84</b>	<b>89,97</b>	<b>364,57</b>	<b>2646,38</b>	

Медсестра

Е.В. Барыкина