

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

20 января 2025г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 1							
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	250	4,7	7,8	32,1	197,6	№181, Могильный, 2017
	Омлет натуральный	65	4,12	8,28	9,5	98,73	54-1о-2020, Новосибирск
	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	96	54-23гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	70	4,8	4,9	11,2	92,5	№344, Могильный, 2015
Итого за завтрак :		585	17,42	23,88	64,1	484,83	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	94,8	№389, Могильный, 2015
	Бананы	160	2,7	10,9	29,25	192,8	№338М, Могильный 2017
Итого за завтрак 2:		360	3,7	10,9	49,45	287,6	
Обед	Суп крестьянский с крупяной м/к бульоне	300	4,8	7,2	29,07	241,2	№98, Могильный, 2015
	Голубцы ленивые со сметанным соусом	200	6,4	12,9	15,4	281,3	54-3м-2020, Могильный
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	34,4	168	пром.
Итого за обед:		780	17,3	20,9	98,67	771,5	
Полдник	Яблоко	120	28,36	0,48	0,48	126,5	№338М, Могильный, 2017
	Кондитерское изделие (вафли)	30	0,84	0,99	27,18	108,69	пром.
Итого за полдник:		150	29,2	1,47	27,66	235,19	
Ужин	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,2	10,9	9,7	115,9	54-8з-2020, Новосибирск
	Картофель отварной	180	3,1	8,1	36,4	224,6	№214, Могильный, 2017
	Рыба жареная	100	9,6	6,8	14,2	157,3	№148, Могильный, 2015
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	70	4,8	4,9	11,2	92,5	№344, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	50	4,20	0,60	25,80	126,00	пром.
Итого за ужин :		660	23,1	31,3	103,8	743,1	
Ужин 2	Йогурт	200	4,6	5	20,8	170	№386, Могильный, 2015
Итого за ужин 2:		200	4,6	5	20,8	170	
Итого за день:		2735	95,32	93,45	364,48	2692,22	

Медсестра

Е.В. Барыкина