

КОУО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ СЛУХОВЫХ,
СЛАБОСЛЫШАЮЩИХ И ПОЗДНООГЛОХШИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

26 января 2025г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 7							
Завтрак	Суп молочный с рисом	200	5,7	5,6	29,3	185,7	54-18к-2020, Новосибирск
	Омлет натуральный	65	5,12	6,25	2,5	88,73	54-1о-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:		525	20,42	19,65	54,3	442,93	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Бананы	150	2,7	0,9	26,25	172,8	№338М, Могильный, 2017
Итого за завтрак 2:		350	3,7	0,9	46,45	257,6	
Обед	Суп картофельный с горохом на к/м бульоне	300	11,3	7,1	24,6	201,7	№102, Могильный, 2015
	Голубцы с мясом и рисом со сметанным соусом	200	14,3	34,13	12,66	450,63	№161, Могильный 2017
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0	27,88	114,6	№342, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	80	5,6	0,8	34,4	168	пром.
Итого за обед:		780	31,36	42,03	99,54	934,93	
Полдник	Апельсин	110	1,26	0,28	11,34	60,2	№338М, Могильный, 2017
	Печенье	30	2,66	1,11	33,75	164,7	пром.
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81,3	54-21г-2020, Новосибирск
Итого за полдник:		340	5,44	2,74	60,99	306,2	
Ужин	Салат из белокачанной капусты	100	1,14	5,14	11,54	141,94	54-7з-2020, Новосибирск
	Макаронные отварные с овощами	150	7,1	7,4	33,7	169,3	54-2г-2020, Новосибирск
	Колбаса отварная	50	4,58	5,67	10,06	121,81	№413, Лапшина 2004
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Оладьи с вареньем	80	6,35	3,31	20,2	115,3	№296 Могильный, 2017
	Хлеб ржаной	40	4,2	0,6	25,8	126	пром.
Итого за ужин 1:		620	23,57	22,12	107,8	701,15	
Ужин 2	Йогурт	200	5,6	5	20,8	150	№386, Могильный, 2015
Итого за ужин 2:		200	5,6	5	20,8	150	
Итого за день:		2815	90,09	92,44	389,88	2792,81	

Медсестра

Е.В. Барыкина