

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

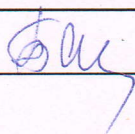
В.И. Юшина

27 января 2025г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 1</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша вязкая молочная овсяная	250	7,6	8,3	34,3	165,6	54-9к-2020, Новосибирск
	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	54-23гн-2020, новосибирск
	Бутерброд с сыром и маслом	95	3,48	8,31	17,2	157,6	№3, Могильный, 2015
<b>Итого за завтрак :</b>		<b>545</b>	<b>14,88</b>	<b>19,51</b>	<b>62,8</b>	<b>409,2</b>	
<b>Завтрак 2</b>	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№302, Могильный, 2015
	Бананы	120	2,7	0,9	26,25	136	№338М, Могильный 2017
<b>Итого за завтрак 2:</b>		<b>320</b>	<b>3,7</b>	<b>0,9</b>	<b>46,45</b>	<b>220,8</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями на к/м бульоне	300	11,3	11,9	31,1	181,2	54-7с-2020, Новосибирск
	Макароны отварные	150	7,1	7,4	43,7	269,3	54-1г-2020, Новосибирск
	Котлеты из говядины	120	14,4	16,2	4,7	283,6	54-4м-2020, Новосибирск
	Помидор соленый	50	0,66	0,12	2,28	13,2	54-2з-2020, Новосибирск
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	40	4,2	0,6	25,8	126	пром.
<b>Итого за обед:</b>		<b>860</b>	<b>38,16</b>	<b>36,22</b>	<b>127,38</b>	<b>954,3</b>	
<b>Полдник</b>	Яблоко	120	0,48	0,48	10,68	48,36	№338М, Могильный 2017
	Сухари	40	3,5	3,8	26,5	168	пром.
<b>Итого за полдник:</b>		<b>160</b>	<b>3,98</b>	<b>4,28</b>	<b>37,18</b>	<b>216,36</b>	
<b>Ужин</b>	Винегрет с растительным маслом	100	1,2	7,4	6,7	111,9	54-16з-2020, Новосибирск
	Рис отварной	180	3,8	5,2	45,8	278,3	54-6г-2020, Новосибирск
	Рыба тушеная в томате с овощами	100	17,1	8,4	7,2	206,1	54-11р-2020, Новосибирск
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	50	1,1	8,1	4,7	85,1	№344, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,3	23,1	126	пром.
<b>Итого за ужин 1:</b>		<b>670</b>	<b>26,6</b>	<b>29,4</b>	<b>94</b>	<b>834,2</b>	
<b>Ужин 2</b>	Йогурт	200	5,6	5	20,8	150	№386, Могильный, 2015
<b>Итого за ужин 2:</b>		<b>200</b>	<b>5,6</b>	<b>5</b>	<b>20,8</b>	<b>150</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2755</b>	<b>92,92</b>	<b>95,31</b>	<b>388,61</b>	<b>2784,86</b>	

Медсестра



Е.В. Барыкина