

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

05 ноября 2025г.

Возрастная категория: 12-18 лет

			Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 1								
Завтрак	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	
Итого за завтрак :		545	14,88	19,51	62,8	409,2		
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№338М, Могильный, 2015	
	Бананы	120	2,7	0,9	26,25	136	№338М, Могильный 2017	
	Итого за завтрак 2:		320	3,7	0,9	46,45	220,8	
Обед	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.	
	Итого за обед:		860	38,16	36,22	127,38	954,3	
	Полдник	Яблоко	120	0,48	0,48	10,68	48,36	№338М, Могильный 2017
Сухари		40	3,5	3,8	26,5	168	пром.	
Итого за полдник:		160	3,98	4,28	37,18	216,36		
Ужин	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.	
	Итого за ужин 1:		670	26,6	29,4	94	834,2	
	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:		2755	92,92	95,31	388,61	2784,86		

Медсестра _____