

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

В.И. Юпина

10 февраля 2026г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Возрастная категория: 12-18 лет							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Вареники ленивые со сметанным соусом	200	10,38	8,75	53,7	291,32	№217, Могильный, 2017
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн-2020, Новосибирск
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	54-60-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	60	2,4	3,7	11,2	82,5	№344, Могильный, 2015
	Итого за завтрак:	500	22,48	20,65	77,8	537,22	
Завтрак 2	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Апельсин	140	1,26	0,28	11,34	60,2	№338М, Могильный 2017
	Итого за завтрак 2:	340	2,26	0,28	31,54	145	
Обед	Суп картофельный с рыбой	250	12,21	4,11	5,7	125,4	№42, Могильный, 2017
	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	54-11г-2020, Новосибирск
	Оладьи из печени	100	16,3	11,7	13,8	54,2	№284, Могильный, 2011в
	Салат из свежей капусты	40	0,66	0,14	2,04	15,6	54-53-2020, Новосибирск
	Напиток апельсиновый	200	0,39	0	31,15	140,8	54-33хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром.
	Итого за обед:	850	37,86	24,65	104,89	656,4	
	Полдник	Яблоко	150	0,6	0,6	13,35	60,45
	Кондитерское изделие (печенье)	30	0,62	3,91	15,23	94,34	пром.
Итого за полдник:		180	1,22	4,51	28,58	154,79	
Ужин	Салат из картофельный с соленым огурцом и горошком	100	1,75	6,18	9,25	109,5	№42, Могильный, 2015
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	2,6	37,6	418,5	54-4г-2020, Новосибирск
	Тефтели из говядины с рисом в томатном соусе	110	10,78	17,91	17,9	264,3	№252, Могильный, 2011
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,2	0,6	25,8	126	пром.
	Бутерброд с маслом	60	0,8	7,4	6,7	111,9	№344, Могильный, 2015
	Итого за ужин :	680	26,03	34,69	103,75	1057	
Ужин 2	Кефир	200	6	5	8	122	№386, Могильный, 2015
Итого за ужин 2:		200	6	5	8	122	
Итого за день:		2750	95,85	89,78	354,56	2672,41	

Медсестра _____