

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



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор \_\_\_\_\_ **В.И. Юшина**

**15 февраля 2026г.**

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 7</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша молочная "Дружба"	200	5,3	6,1	25,3	169,4	54-16к-2020, Новосибирск
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	54-6о-2020, Новосибирск
	Чай с молоком и сахаром	200	1,52	1,35	15,9	134,5	54-4гн-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>535</b>	<b>15,4</b>	<b>20,36</b>	<b>58,7</b>	<b>524,5</b>	
<b>Завтрак 2</b>	Сок	200	1	0	20,2	84,8	№389, Могильный, 2015
	Апельсины	150	1,35	0,3	12,15	64,5	№338М, Могильный 2017
<b>Итого за завтрак 2:</b>		<b>350</b>	<b>2,35</b>	<b>0,3</b>	<b>32,35</b>	<b>149,3</b>	
<b>Обед</b>	Суп рассольник со сметаной	250	12,3	25,9	14,87	156,8	№132, Лапшина, 2004
	Картофель отварной	150	3,18	4,13	26,28	212,3	№214, Могильный, 2015
	Котлета из курицы	110	13,4	4,3	12,1	168,2	54-23м-2020, Новосибирск
	Огурец соленый в нарезке	80	0,6	0,1	2	11,3	54-2з-2020, Новосибирск
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0	27,88	114,6	54-32хн-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	5,6	0,8	34,4	168	пром.
<b>Итого за обед:</b>		<b>850</b>	<b>35,24</b>	<b>35,23</b>	<b>117,53</b>	<b>831,2</b>	
<b>Полдник</b>	Бананы	120	1,7	0,7	24,25	152,78	№338М, Могильный 2017
	Печенье	30	2,66	2,11	33,75	164,7	пром.
<b>Итого за полдник:</b>		<b>150</b>	<b>4,36</b>	<b>2,81</b>	<b>58</b>	<b>317,48</b>	
<b>Ужин 1</b>	Винегрет с растительным маслом	100	1,26	10,08	7,76	126,80	54-16з-2020, Новосибирск
	Рис отварной	150	4,8	7,2	48,6	278,3	54-6г-2020, Новосибирск
	Рыба тушеная в томате с овощами	110	15,6	10,4	8,7	206	54-11р-2020, Новосибирск
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	50	4,8	3,9	10,02	78,5	№344, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром.
<b>Итого за ужин 1:</b>		<b>670</b>	<b>30,86</b>	<b>32,18</b>	<b>107,38</b>	<b>842,4</b>	
<b>Ужин 2</b>	Кефир	200	6	5	8	122	№386, Могильный, 2015
	<b>Итого за ужин 2:</b>		<b>200</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>122</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>2755</b>	<b>94,21</b>	<b>95,88</b>	<b>381,96</b>	<b>2786,88</b>	

Медсестра \_\_\_\_\_