

КОУО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ДЕТЕЙ,
СЛАБОСЛЫШАЮЩИХ И ПОЗДНОСЛУШАЮЩИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ»

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 8 марта 2022г.

Вторник

Техн.	Название блюда	Выход блюда в гр					11 лет и старше	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	105	Каша рисовая молочная	250	256,99	6,25	8,08	39,77	243	Какао с молоком	200	195,71	4,85	5,04	32,73
	8	булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68	13	Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
	14	Сыр	20	70,12	5,26	5,32	0	Итого						
								Итого						
II завтрак								Сок	200	120	1,4	0,2	26,4	
								Печенье	30	132,21	1,92	5,04	20,55	
								Фрукты (бананы)	200	184,32	2,88	0,96	40,32	
								Итого						
Обед	37	Суп гороховый на костно-мясном бульоне	300	118,55	2,81	4,67	16,34	171	Колбаса мясная	100	176,75	10,68	11,72	5,74
	204	Рожки	150	211,1	5,52	5,3	35,33		Баклажаны	70	83,3	1,33	6,23	5,39
	251	Компот из сухофруктов	200	110,96	0,48	0,25	26,81	276	Блинчики с маслом	160	292,88	8	5,66	52,5
			80	139	5,2	0,96	26,7		Хлеб					
								Итого						
Ужин	7	Салат из квашеной капусты	100	110,6	1,6	10	3,58	185	колбаса	55	128,38	4,73	11,46	1,13
	73	Картофель жар. из отварного	200	360,98	4,78	19,54	41,3	271	Чай	200	48,64	0,12	0	12,04
	13	Булка с маслом	50/10	186,37	3,92	7,82	24,87	Итого						
								Итого						
II ужин	245	Йогурт	200	112,52	5,6	6,38	8,18	8	булка					
			50	118,35	3,84	0,35	24,68	Итого						
Всего														

* - с учётом сезонных овощей

менеджера

Н.В. Дугина