

КООО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ГЛУХИХ,
СЛАБОСЛЫШАЩИХ И ПОЗДНООГЛОХШИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ»

УТВЕРЖДАЮ

директор

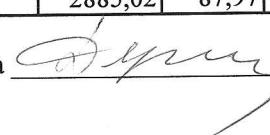
В.И. Юшина

Меню на 16 марта 2022г.

Среда

Техн.	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		Углеводы
		11 лет и старше	Калорийно	Белки	Жиры	
Завтрак	105 Каша рисовая молочная	250	256,99	6,25	8,08	39,77
	15/200 Яйцо	40	63	5,1	4,6	0,3
	258 Кофе с молоком	200	118,69	2,79	3,19	19,71
	8 булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	13 Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
	Итого		631,78	18,03	24,47	84,54
II завтрак	Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
	Мармелад	50	70,5	3,8	0,4	24,6
	Фрукты (бананы)	200	184,32	2,88	0,96	40,32
	8 булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	Итого		374,82	8,08	1,56	91,32
Обед	37 Суп гороховый на костно-мясном бульон	300	118,55	2,81	4,67	16,34
	171 Котлета мясная	100	176,75	10,68	11,72	5,74
	204 Рожки	150	211,1	5,52	5,3	35,33
	Кабачковая икра	70	83,3	1,33	6,23	5,39
	251 Компот из свежих яблок и апельсинов	200	110,96	0,48	0,25	26,81
	Хлеб	80	139	5,2	0,96	26,7
	Итого		839,66	26,02	29,13	116,31
Ужин	19 Салат из свеклы	100	126,08	1,32	10,08	7,68
	154 Рыба тушеная с овощами,	140	160,29	14,52	8,03	7,51
	73 картофельные котлеты	200	354,53	6,6	16,78	44,35
	271 Чай	200	48,64	0,12	0	12,04
	8 булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	13 Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
	Итого		807,89	26,4	35,24	96,26
II ужин	245 Снежок	200	112,52	5,6	6,38	8,18
	8 булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	Итого		230,87	9,44	6,73	32,86
Всего			2885,02	87,97	97,13	421,29

* - с учётом сезонных овощей

медсестра  Н.В. Дугина