

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 20 марта 2022г.

Воскресенье

	Техн.	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и старше	Калорийные	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	123	Ленивые вареники со смет. Соусом	210	351,22	32,49	9,82	33,22
	243	Какао с молоком	200	153,92	3,77	3,93	25,95
	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		768,36	45,41	27,67	83,93
II завтрак		Сок	200	120,00	1,4	0,2	26,4
		Сухари	40	138,00	3,07	0,27	19,74
		Яблоко	150	84,00	0,8	0,8	19,6
		Итого		342,00	5,27	1,27	65,74
Обед	37	Суп гороховый	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	5,22	5,3	35,33
		Лечо	80	32	5,6	0	1,2
	255	Компот из сухофруктов с витамином С	200	113,79	0,56	0	27,89
		Хлеб	80	139	5,2	0,96	26,7
		Итого		791,19	30,07	22,65	113,2
Ужин	7	Салат из квашеной капусты	100	110,6	1,6	10	3,58
	162	Гуляш	50	236,81	15,49	17,3	4,82
	216	картофельное пюре	200	213,94	4,26	8,08	31,06
	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		803,09	25,36	43,98	76,26
II ужин	245	Йогурт	200	112,52	5,6	6,38	8,18
	281	булочка домашняя	80	286,94	11,75	5,94	46,67
		Итого		399,46	17,35	12,32	54,85
Всего				3104,10	123,46	107,89	393,98

* - с учётом сезонных овощей

медсестра

Н.В. Дугина