

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 22 марта 2022г.

Вторник

	Техн.	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	136	Сырники со сгущенным молоком	200/30	445,76	36,16	6,99	59,56
	243	Какао с молоком	200	153,92	3,77	3,93	25,95
		булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	13	Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
	13	Сыр	20	70,12	5,26	5,32	0
		Итого		862,9	49,08	24,84	110,27
II завтрак	247	Кисель	200	116,19	1,36	0	29,02
	8	булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
		мармелад	50	296	0,43,8	0,1	77,7
		Фрукты (яблоко)	150	94	0,8	0,8	19,6
		Итого		624,54	6	1,25	151
Обед	27	Борщ на к-м бульоне со сметаной	300/5	125	2,32	7,61	12,06
	167	Картофельная запеканка с мясом и сметанным соусом	205/30	475	25,33	24,78	18,43
	7	Салат из квашеной капусты	100	110,6	1,6	10	3,58
		Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
		Хлеб	80	139	5,2	0,96	26,7
		Итого		969,6	35,85	43,55	87,17
Ужин	10	Салат из моркови	100	128,12	0,9	10,16	8,24
	185	сосиска	70	179,72	6,62	16,04	1,57
	150	Рожки	150	211,1	5,22	5,3	35,33
	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		760,68	16,73	40,1	81,94
II ужин	245	Йогурт	200	112,52	5,6	6,38	8,18
	50	Булка	50	117,5	3,8	0,4	24,6
		Итого		230,02	9,4	6,78	32,78
Всего				3447,74	117,08	116,52	463,16

* - с учётом сезонных овощей

медсестра

Н.В. Дугина