

КОУО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ДЕТЕЙ, СЛАБОСЛЫШАЩИХ И ПОЗДНООСЛУШАЮЩИХСЯ»

директор В.И. Юшина

Меню на 6 апреля 2022г.

Срда

Тех.к.	Название блюда	Выход блюда в гр	1 лет и старше	Капюлин	Белки	Жиры	Углеводы
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
	Вафли	35		86,11	0,7	0,83	24,9
	Фрукты (бананы)	200		184,32	2,88	0,96	40,32
	Итого			390,43	4,98	1,99	91,62
Обед	37 Суп гороховый на костно-мясном бульоне	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	7 Салат из квашеной капусты	100		110,6	1,6	10	3,58
	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
	13 Булка с маслом	50/10		186,37	3,92	7,82	24,87
Итого				860,43	26,76	42,63	92,35
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				230,87	9,44	6,73	32,86
Всего				2953,17	85,23	104,95	417,68

* - с учётом сезонных овощей

Медсестра

Н.В. Дугина