

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 20 апреля 2022г.

Среда

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и старше	Калорийность	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
		Лечо	70	86,4	0,94	6,4	6,14
	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		842,76	25,63	29,3	117,06
Ужин	19	Салат из свеклы	100	126,08	1,32	10,08	7,68
	154	Рыба тушеная с овощами	200	228,99	20,75	11,48	10,73
	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		944,61	32,71	46,16	99,67
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				3040,45	90,79	108,65	425,75

* - с учётом сезонных овощей

медсестра

Н.В. Дугина