

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 25 апреля 2022г.

Понедельник

1 нед

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	97	Каша манная молочная	250	218,69	7,97	8,58	47,3
	117	Омлет	65	110,54	5,82	9,02	1,52
	258	Кофе с молоком	200	118,69	2,79	3,19	19,71
		булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	13	Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
		Итого		641,02	20,47	29,39	93,29
II завтрак		Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
		Сушка	35	138	2,94	3,64	24,9
		Фрукты (апельсины)	200	70,3	1,7	0	15,5
		Итого		328,3	6,04	3,84	66,8
Обед	48	Лапша домашняя на курином бульоне	300	131,2	2,94	5,87	16,7
	189	Куриные котлеты	90	248,12	14,7	16,6	10,03
	201	рис	150	225,18	3,89	5,04	40,28
		Лечо	70	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		889,29	32,89	28,47	122,8
Ужин	7	Салат из квашеной капусты	100	110,6	1,6	10	3,58
	146	Рыба жаренная	120	278	21,72	18,68	5,59
	216	Картофельное пюре	250	267,93	5,33	10,1	38,83
	271	Чай	200	48,64	0,12	0	12,04
	1314	Булка с маслом	50/10	186,37	3,92	7,82	24,87
		Итого		891,54	32,69	46,6	84,91
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				2980,17	101,49	115,08	400,58

* - с учётом сезонных овощей

диетсестра

Н.В. Дугина