

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

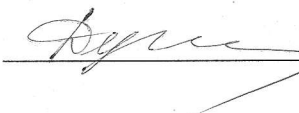
Меню на 10 мая 2022г

Вторник

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше			
			11 лет и старше	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	123	Ленивые вареники со сметанным соусом	210/30		351,22	32,49	9,82	33,21
	243	Какао с молоком	200		195,71	4,85	5,04	32,73
	8	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			810,15	46,49	28,78	90,7
II завтра	247	Кисель	200		116,19	1,36	0	29,02
	8	булка	50		118,35	3,84	0,35	24,68
		мармелад	50		70,5	3,8	0,4	24,6
		Фрукты (Бананы)	200		184,32	2,88	4,96	40,32
		Итого			489,36	11,88	5,71	118,62
Обед	35	Борщ на костно-мясном бульоне со смета	300/5		125	2,32	7,61	12,06
	2016	Картошка тушеная	200		256,35	4,16	12,3	29,38
	96	с мясом	60		246,57	16,43	17,99	4,35
	52/2016	сельдь с луком	60		162,02	6,34	14,8	1,94
		Сок	200		120	1,4	0,2	26
		Хлеб	80		139	5,2	0,96	26,7
		Итого			1048,94	35,85	53,86	100,43
Ужин	9	Салат из моркови	100		136,8	1,14	10,08	10,38
	196	Каша гречневая рассыпчатая	150		263,81	8,73	5,43	45
	260	с молоком	200		117,31	5,59	6,38	9,38
	185	сосиска	70		179,72	6,62	16,04	1,57
	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			864,63	26,04	38,28	103,05
II ужин	245	Снежок	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					3443,95	129,7	133,36	445,66

* - с учётом сезонных овощей

диетсестра



Н.В. Дугина