

КОУО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ДЕТЕЙ,
СЛАБОСЛЫШАЮЩИХ И ПОЗДНОСЛУШАЮЩИХ ОБЩАЮЩИХСЯ»



директор
Меню на 11 мая 2022г.
В.И. Юшина

Спра

Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр	11 лет и старше	Жиры	Углеводы
Завтрак	105 Каша рисовая молочная	250	256,99	6,25	8,08
	15/200 Яйцо	40	63	5,1	4,6
	258 Кофе с молоком	200	118,69	2,79	3,19
	8 Булка	50	118,35	3,84	0,35
	13 Масло слив	10	74,75	0,05	8,25
	Итого		631,78	18,03	24,47
II завтрак	Сок	200	120	1,4	0,2
	Сухари	40	138	3,07	0,27
	Фрукты (Яблоко)	150	47	0,4	0,3
	Итого		305	4,87	0,77
Обед	37 Суп гороховый на костно-мясном бульоне	300	118,55	2,81	4,67
	171 Котлета мясная	100	176,75	10,68	11,72
	204 Рожки	150	211,1	5,52	5,3
	Лечо	70	86,4	0,94	6,4
	255 Компот из сухофруктов с витамином С	200	113,79	0,56	0
	Хлеб	80	139	5,2	0,96
	Итого		845,59	25,71	29,05
Ужин	7 Салат из квашенной капусты	100	110,6	1,6	10
	154 Рыба тушеная с овощами,	200	228,99	20,75	11,48
	216 картофель пюре	250	267,43	5,33	10,1
	271 Чай	200	48,64	0,12	0
	13 Булка с маслом	50/10	186,37	3,92	7,82
	Итого		842,03	31,72	39,4
II ужин	245 Кефир	200	112,52	5,6	6,38
	8 Булка	50	118,35	3,84	0,35
	Ловишко	30	123	1,27	2
	Итого		353,87	10,71	8,73
Всего			2978,27	91,04	102,42
					402,63

* - с учётом сезонных овощей

менеджера

Н.В. Лыгина