

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 16 мая 2022г.

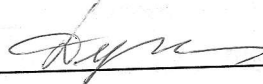
Понедельник

1 нед

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и цена	Калорийн	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 (яблоко)	200	94	0,8	0,8	19,6
		Итого		352	5,14	4,64	70,9
Обед	43	Суп вермишелевый на курином бульоне	300	198,91	3,4	3,44	26,12
	189	Куриные котлеты	100	232,62	13,78	15,57	9,4
	201	рис	150	225,18	3,89	5,04	40,28
		Соленый огурец*	70	44,3	1,64	3,5	1,17
	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		953,8	28,47	28,51	131,56
Ужин	185	Сосиска	70	179,72	6,62	16,04	1,57
	210	тушеная капуста	200	174,32	5,24	6,46	26,9
	271	Чай	200	48,64	0,12	0	12,04
	290	Пирожок с повидлом	100	286,94	11,75	5,94	46,67
		Итого		689,62	23,73	28,44	87,18
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				2866,46	87,21	97,76	415,71

* - с учётом сезонных овощей

диетсестра



Н.В. Дугина