

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 17 мая 2022г.

Вторник

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр.					11 лет и старше
			11 лет и старше	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	95	Каша гречневая молочная	250		300,21	9,69	10,02	42,85
	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			759,14	23,69	28,98	100,34
II завтрак		Сок	200		120	1,4	0,2	26,4
		печенье	34		132,21	1,92	5,04	20,55
		Фрукты (Апельсины)	150		84,6	0,72	0,72	17,6
		Итого			336,81	4,04	5,96	64,55
Обед	35	Борщ на костно-мясном бульоне со сметаной	300/5		125	2,32	7,61	12,06
	139/2016	Картошка тушеная	200		256,35	4,16	12,3	29,38
	96	с мясом	70		287,6	19,17	20,99	5,07
	52/2016	сельдь с луком	60		162,02	6,34	14,8	1,94
	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			1083,76	37,75	56,66	103,04
Ужин	9	Салат из моркови	100		136,8	1,14	10,08	10,38
	123	Ленивые вареники со сметанным соусом	210/30		351,22	32,49	9,82	33,21
	15/200	Яйцо	40		63	5,1	4,6	0,3
	13	Масло слив	10		74,75	0,05	8,25	0,08
	271	Чай	200		48,64	0,12	0	12,04
		Итого			674,41	38,9	32,75	56,01
II ужин	245	Кефир	200		112,52	5,6	6,38	8,18
	8	булка	50		118,35	3,84	0,35	24,68
		Повидло	30		123	1,27	2	20,6
		Итого			353,87	10,71	8,73	53,46
Всего					3207,99	115,09	133,08	377,4

* - с учётом сезонных овощей

медсестра

Дугина

Н.В. Дугина