

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 19 мая 2022г.

Четверг

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и старше	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	100	Каша геркулесовая молочная	250	252,91	7,72	10,86	31,09
	243	Какао с молоком	200	195,71	4,85	5,04	32,73
	117	Омлет	65	110,54	5,82	9,02	1,52
	8	булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	12	Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
		Итого		752,26	22,28	33,52	90,1
II завтрак		Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
		Сушка	35	138	2,94	3,64	24,9
		Фрукты (апельсин)	200	84,6	0,72	0,72	17,6
		Итого		342,6	5,06	4,56	68,9
Обед	42	Суп рыбный	300	139,49	15,86	4,94	8,04
	182	Тефтели с соусом	120	294,21	13,74	20,3	13,71
	196	Каша гречневая	150	263,81	8,73	5,43	45
		Помидор соленый	70	7,63	0,56	0,07	1,19
	255	Компот из сухофруктов с витамином С	200	113,79	0,56	0	27,89
	9	Хлеб	80	139	5,2	0,96	26,7
		Итого		957,93	44,65	31,7	122,53
Ужин	9	Салат из моркови	100	136,8	1,14	10,08	10,38
	124	Творожная запеканка со стуженным молоком	230	422,09	36,04	14,94	35,89
	185	Колбаса вар	55	128,38	4,73	11,46	1,13
	271	Чай	200	48,64	0,12	0	12,04
	290	Пирожок с повидлом	100	358,68	14,69	7,43	58,34
		Итого		1094,59	56,72	43,91	117,78
II ужин	245	Кефир	200	112,52	5,6	6,38	8,18
	8	Булка	50	117,5	3,8	0,4	24,6
		Итого		230,02	9,4	6,78	32,78
Всего				3377,4	138,11	120,47	432,09

* - с учётом сезонных овощей

медсестра

Н.В. Дугина

Н.В. Дугина