

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 25 мая 2022г.

Среда

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и старше	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	105	Каша рисовая молочная	250	256,99	6,25	8,08	39,77
	15/200	Яйцо	40	63	5,1	4,6	0,3
	258	Кофе с молоком	200	118,69	2,79	3,19	19,71
	8	булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	13	Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
		Итого		631,78	18,03	24,47	84,54
II завтрак		Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
		Мармелад	50	70,5	3,8	0,4	24,6
		Фрукты (яблоко)	150	94	0,8	0,8	19,6
	8	булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
		Итого		284,5	6	1,4	70,6
Обед	37	Суп гороховый на костно-мясном бульоне	300	118,55	2,81	4,67	16,34
	171	Котлета мясная	100	176,75	10,68	11,72	5,74
	204	Рожки	150	211,1	5,52	5,3	35,33
		Кабачковая икра	70	83,3	1,33	6,23	5,39
	251	Компот из свежих яблок и апельсинов	200	110,96	0,48	0,25	26,81
		Хлеб	80	139	5,2	0,96	26,7
		Итого		839,66	26,02	29,13	116,31
Ужин	19	Салат из свеклы	100	126,08	1,32	10,08	7,68
	154	Рыба тушеная с овощами,	140 *	160,29	14,52	8,03	7,51
	73	картофельные котлеты	200	354,53	6,6	16,78	44,35
	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		807,89	26,4	35,24	96,26
II ужин	245	Кефир	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				2794,7	85,89	96,97	400,57

* - с учётом сезонных овощей

медсестра



Н.В. Дугина