

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

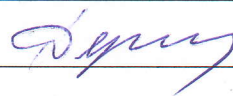
Меню на 6 сентября 2022г.

Вторник

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и старш	Калорийн	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
	15	Салат из св. огурцов	100	103,6	0,72	10,08	3
	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		1025,34	32,13	51,94	104,1
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
	185	Колбаса вар	55	128,38	4,73	11,46	1,13
	13	Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
	8	булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	271	Чай	200	48,64	0,12	0	12,04
		Итого		858,14	42,37	39,96	81,52
II ужин	245	Йогурт	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				3210,3	111,67	133,57	383,37

* - с учётом сезонных овощей

медсестра



Н.В. Дугина