

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

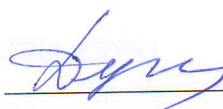
Меню на 11 сентября 2022г.

Воскресенье

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и старш	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	196	Каша гречневая рассыпчатая	150	263,81	8,73	5,43	45
	260	Молоко	200	117,31	5,59	6,38	9,38
	15	яйцо	40	63	5,1	4,6	0,3
	271	Чай	200	153,92	3,77	3,93	25,95
	8	булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	13	Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
		Итого		791,14	27,08	28,94	105,39
II завтрак		Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
		Вафли	35	86,11	0,7	0,83	19,33
		Яблоко	150	19,4	0,8	0,8	19,6
		Итого		225,51	2,9	1,83	65,33
Обед	38	Суп с клецками	300	134,33	4,5	3,95	20,21
	191	Плов из отварной птицы	210	747,09	37,2	45,33	41,05
	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		1237,81	48,18	60,32	118,85
Ужин	4	Салат из капусты с морковью*	100	70,02	0,84	5,06	5,32
	73	Картофельные котлеты	200	354,53	6,6	16,78	44,35
	146	Рыба жареная	120	297,87	21,82	20,02	23,99
	271	Чай	200/30	65,51	4,95	0,59	0,5
	1314	Булка с маслом	50/10	186,37	3,92	7,82	24,87
		Итого		974,3	38,13	50,27	99,03
II ужин	245	Кефир	200	112,52	5,6	6,38	8,18
		Булка с повидлом	50	117,5	3,8	0,4	24,6
		Повидло	30	123	1,27	2	20,6
		Итого		353,02	10,67	8,78	53,38
Всего				3581,78	126,96	150,14	441,98

* - с учётом сезонных овощей

медсестра



Н.В. Дугина