

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

УТВЕРЖДАЮ
директор  В.И. Юшина



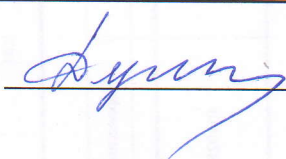
Меню на 12 сентября 2022г.

Понедельник

1 нед

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	97	Каша манная молочная	250	218,69	7,97	8,58	47,3
	117	Омлет	65	110,54	5,82	9,02	1,52
	258	Кофе с молоком	200	118,69	2,79	3,19	19,71
		булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	13	Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
		Итого		641,02	20,47	29,39	93,29
II завтрак		Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
		Сухари	40	120	3,07	0,2	26,4
		Бананы	200	184,32	2,88	0,96	40,3
		Итого		424,32	7,35	1,36	93,1
Обед	39	Суп картоф. с вермишелью	300	148,87	3,4	3,43	26,12
	189	Котлеты куриные	100	248,12	14,7	16,6	10,03
	150	Рис	150	225,18	3,89	5,04	40,28
	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		978,56	28,47	36,11	134,02
Ужин	4	Салат из капусты с морковью*	100	70,02	0,84	5,06	5,32
	143	Рыбные котлеты	120	128,9	15,54	2,9	10,19
	139	Картфельное пюре	250	267,43	5,33	10,1	38,83
	271	Чай	200	48,64	0,12	0	12,04
	290	Пирожок с повидлом	100	286,94	11,75	5,94	46,67
		Итого		801,93	33,58	24	113,05
II ужин	245	Снежок	200	112,52	5,6	6,38	8,18
	50	Булка	50	117,5	3,8	0,4	24,6
		Итого		230,02	9,4	6,78	32,78
Всего				3075,85	99,27	97,64	466,24

* - с учётом сезонных овощей

диетсестра  Н.В. Дугина