

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 22 сентября 2022г

Четверг

Четверг							
	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр				
			11 лет и старше	Калорийно	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
	8	булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	13	Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
	14	сыр	20	72,8	5,36	5,8	0
		Итого		714,52	21,82	30,3	88,58
II завтрак		Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
		сухари	40	138	2,34	3,64	24,9
		Фрукты (бананы)	200	184,32	2,88	0,96	40,32
		Итого		442,32	6,62	4,8	91,62
Обед	54	Щи на костном бульоне со сметаной	300/5	171,53	3,88	11,74	13,68
	200	Картофель туш.	200	256,35	4,16	17,99	4,35
	96	с мясом	70	287,6	19,17	20,99	5,07
	52/2016	сельдь с луком	60	162,02	6,34	14,8	1,94
	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		1130,29	39,31	66,48	79,63
Ужин	9	Салат из моркови	100	136,8	1,14	10,08	10,38
	124	Творожная запеканка со сгущенным 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	Йогурт	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				3611,74	133,87	152,27	410,39

* - с учётом сезонных овощей

медсестра _____ Н.В. Дугина