

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

УТВЕРЖДАЮ

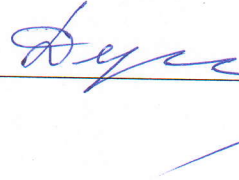
директор  В.И. Юшина

Меню на 23 сентября 2022г.

Пятница

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и старше	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	117	Омлет	65	110,54	5,82	9,02	1,52
	103	Каша пшеница молочная	250	277,03	7,37	8,87	41,82
	258	Кофе	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		699,36	19,87	29,68	87,81
II завтрак		Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
		Печенье	33	120,12	2,64	1,72	22,81
		Фрукты (Яблоко)	150	47	0,4	0,3	10,3
		Итого		287,12	4,44	2,22	59,51
Обед	36	Суп овощной на курином бульоне со сметаной	305	138,29	2,32	7,04	15,11
	191	Плов из отварной птицы	210	747,09	37,2	45,33	41,05
	18	Салат из свежих помидоров	110	113,92	1	10,16	4,6
	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		1252,09	46,28	63,49	115,35
Ужин	4	Салат из капусты с морковью*	100	70,02	0,84	5,06	5,32
	143	Рыбные котлеты	100	114,58	13,82	2,58	9,06
	216	картофельное пюре	200	267,43	5,33	10,1	38,83
	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		693,77	24	26,34	90,01
II ужин	435	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				3163,21	104,03	128,46	385,54

* - с учётом сезонных овощей

медсестра  Н.В. Дугина