

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 7 октября 2022г.

Пятница

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и старш	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	70,12	5,26	5,32	0
		Итого		711,84	21,72	29,82	88,58
II завтрак		Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
		Сушки	35	86,11	0,7	0,83	19,33
		Фрукты (яблоко)	200	84,6	0,72	0,72	17,6
		Итого		290,71	2,82	1,75	63,33
Обед	36	Суп овощной на курином бульоне со сметаной	300	138,29	2,32	7,04	15,11
	189	Куриные котлеты	100	248,12	14,7	16,6	10,03
	204	Рожки	150	211,1	5,22	5,3	35,33
	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		964,22	29	40,06	119,66
Ужин	4	Салат из капусты с морковью	100	70,02	0,84	5,06	5,32
	143	Рыбные котлеты	150	171,87	20,73	3,87	13,59
	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		751,06	30,91	27,63	94,54
II ужин	435	Снежок	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				2948,7	93,89	105,99	398,97

* - с учётом сезонных овощей

медсестра

Н.В. Дугина