

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



УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 11 октября 2022г.

Вторник

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	136	Сырники со сгущенным молоком	200/30	445,76	36,16	6,99	59,56
	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
	13	Сыр	20	70,12	5,26	5,32	0
		Итого		827,67	48,1	24,1	104,03
II завтра	247	Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
	8	Печенье	30	132,21	1,92	5,04	20,55
		Апельсины	200	70,3	1,7	0	15,5
		Итого		322,51	5,02	5,24	62,45
Обед	27	Борщ на к/б со сметаной	300/5	125	2,32	7,61	12,06
	162	Гуляш	70	331,53	21,68	24,21	6,74
	139	Картфельное пюре	250	267,93	5,33	10,1	38,83
	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
		Хлеб	80	139	5,2	0,96	26,7
		Итого		1139,27	41,43	57,68	114,16
Ужин	185	Колбаса	55	128,38	4,73	11,46	1,13
	210	Капуста тушеная	200	174,32	5,24	6,46	26,9
	271	Чай	200	48,64	0,12	0	12,04
		булка	50	118,35	3,84	0,35	24,68
	13	Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
		Итого		544,44	13,98	26,52	64,83
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				3186,91	119,2	122,32	398,85

* - с учётом сезонных овощей

медсестра

Н.В. Дугина