

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 13 октября 2022г.

Четверг

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше			
			11 лет и старш	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	93	Каша Дружба молочная	250		294,04	7,75	10,16	42,8
	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
	13	Сыр	20		70,12	5,26	5,32	0
		Итого			752,97	21,75	29,12	100,29
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	34	Суп рассольник со сметаной	300		179,52	6,04	13,56	38,86
	167	Картофельная запеканка с мясом и сметанным соусом	205/30		475	25,33	24,78	18,43
	15	Салат из св. огурцов	100		103,6	0,72	10,08	3
	251	Компот из сухофруктов с витамином С	200		113,79	0,56	0	27,89
		Хлеб	80		139	5,2	0,96	26,7
		Итого			1010,91	37,85	49,38	114,88
Ужин	9	Салат из моркови	100		136,8	1,14	10,08	10,38
	124	Творожная запеканка со сгущенкой	210		422,09	36,04	14,94	35,89
	185	колбаса вареная	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	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					3380,05	128,58	130,89	429,14

* - с учётом сезонных овощей

медсестра

Н.В. Дугина