

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 18 октября 2022г.

Вторник

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	136	Сырники со сгущенным молоком	200/30	445,76	36,16	6,99	59,56
	243	Какао с молоком	200	153,92	3,77	3,93	25,95
		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		862,9	49,08	24,84	110,27
II завтрак		Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
		Сухари	40	138	3,07	0,27	19,74
		Фрукты (Апельсины)	150	258	0,72	0,72	17,6
		Итого		516	5,19	1,19	63,74
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
	216	Картофельное пюре	250	267,43	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		1138,77	41,43	57,68	114,16
Ужин	10	Салат из моркови	100	128,12	0,9	10,16	8,24
	185	Колбаса	55	141,21	5,21	12,61	1,24
	204	Рожки	150	211,01	5,22	5,3	35,33
	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		722,08	15,34	36,67	81,61
II ужин	245	Йогурт	200	112,52	5,6	6,38	8,18
		Булка	50	117,5	3,8	0,4	24,6
		Итого		230,02	9,4	6,78	32,78
Всего				3469,77	120,44	127,16	402,56

* - с учётом сезонных овощей

медсестра

Н.В. Дугина