

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



директор

В.И. Юшина

Меню на 10 ноября 2022г.

Четверг

Четверг								
	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше			
			11 лет и старш		Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	123	Ленивые вареники со смет. соусом	210		351,22	32,49	9,82	33,21
	258	Кофе с молоком	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			663,01	39,17	21,61	77,68
II завтрак		Сок	200		120	1,4	0,2	26,4
		Вафли	40		34,2	3,2	2,8	81,1
		Апельсины	200		84,6	0,72	0,72	17,6
		Итого			238,8	5,32	3,72	125,1
Обед	34	Суп рассольник со сметаной	300		179,52	6,04	13,56	38,86
	182	Тефтели с соусом	140		274,6	12,83	18,95	13,22
	216	картофельное пюре	250		267,93	5,33	10,1	38,83
	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			1078,44	30,68	53,65	148,5
Ужин	9	Салат из моркови	100		136,8	1,14	10,08	10,38
	93	Каша Дружба молочная	250		294,04	7,75	10,16	42,8
	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		286,94	11,75	5,94	46,67
		Итого			894,8	25,49	37,64	113,02
II ужин	245	Йогурт	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					3105,92	110,1	123,35	497,16

* - с учётом сезонных овощей

медсестра

Н.В. Дугина