

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 12 декабря 2022г

Понедельник

Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		Калории	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак							
М 173	Каша молочная вязкая овсяная	230,00		185,00	2,00	1,81	35,10
54-21/гн-2020	Какао с молоком	200		100,40	2,60	3,60	32,40
	Батон йодированный	50		118,35	3,80	0,40	24,60
54-13-2020	Сыр тв. сортов в нарезке	50		179,17	11,67	14,67	0,00
53-19/3-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10
Завтрак 2	Итого			649,02	20,17	25,87	92,20
МР-2.4.0260-21	Апельсины	150		56,70	1,35	0,30	12,15
	Кондитерское изделие (вафли)	50		72,00	1,90	2,80	30,10
	Итого			124,70	3,80	4,29	16,80
М 30	Суп-лапша домашняя	300		216,00	3,46	9,36	11,64
54-6г-2020	Рис	180		244,20	4,44	5,76	43,80
54-23м-2020	Котлеты из курицы	100		168,53	7,20	6,26	13,47
М 102	Икра кабачковая	90,00		58,10	0,00	0,16	0,16
54-1/хн-2020	Компот из сухофруктов с витамином С	200		81	0,5	0	19,8
	Хлеб	80		278,00	10,40	1,92	53,41
МР-2.4.0260-21	Яблоко	150		66,60	0,60	0,60	14,70
	Итого'			987,73	26,00	23,30	142,12
Ужин	М 55	С-т из свёклы с солёным огурцом	150,00	74,7	2,0	1,1	0,0
С229	Рыба тушеная в томате с овощами	200		382,91	20,21	17,22	37,92
54-11г-2020	Картофельное пюре	250		185,87	4,27	6,93	26,40
54-2/гн-2020	Чай	200		26,80	0,20	0,00	6,50
53-19/3-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10
	Батон йодированный	50		118,35	3,80	0,40	24,60
	Итого			780,03	30,58	32,85	95,52
МР-2.4.0260-21	Йогурт	200		116,20	6,80	5,00	11,00
	Батон йодированный	50		118,35	3,80	0,40	24,60
	Итого	250		234,55	10,60	5,40	35,60
	Всего за день			2776,03	91,14	91,71	382,23

медсестра

Н.В. Дугина