

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 20 января 2023г.

2 Пятница

Техн.к.	Название блюда	Выход блюда в гр		Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак							
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшениная	250	235,25	15,11	4,43	65,43	
54-23/гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	86,00	5,80	2,90	11,30	
54-1о-2020	Омлет натуральный	65	97,72	5,50	7,80	1,43	
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	
II завтрак	Итого		485,07	26,51	22,33	78,26	
	Сок	200	120,00	1,40	0,20	26,40	
	Сухари	40	138	2,34	3,64	24,9	
Обед	Итого		258,00	3,74	3,84	51,30	
Обед 39	Суп картоф. с вермишелью	300	148,87	3,4	3,43	26,12	
54-12м-2020	Плов из курицы	210	314,60	16,30	8,10	53,20	
Обед 39	Суп картоф. с вермишелью	300	148,87	3,4	3,43	26,12	
54-1/хн-2020	Компот из апельсинов с витамином С	200	81	0,5	0	19,8	
	Хлеб	80	278	10,4	1,92	53,41	
	Фрукты (банан)	200	184,32	2,88	0,96	20,40	
Ужин	Итого		971,34	34,00	16,88	178,65	
54-9з-2020	Салат их белокачанной капусты с морковью и яблоками	100	120,67	1,33	10,00	26,35	
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	120	234,20	9,40	7,20	10,00	
213	Картофель жареный из отварного	200	360,48	4,78	19,54	11,3	
54-2/гн-2020	Чай	200	26,80	0,20	0,00	6,50	
	Батон йодированный	50	118,35	3,80	0,40	14,60	
53-19/3-2020	Масло слив	10	66,10	0,10	7,20	0,10	
II ужин	Итого		926,60	19,61	44,34	68,85	
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		116,20	6,80	5,00	11,00	
Всего			2757,20	90,67	92,39	388,06	

медсестра

Салихова

Т.С. Салихова