

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

УТВЕРЖДАЮ

директор

В.И. Юшина

Меню на 12 марта 2023г.

Воскресенье

	Техн.к	Название блюда	Выход блюда в гр		11 лет и старше		
			11 лет и ст	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	204	Рожки с маслом и сахаром	150/10/10	211,1	5,52	5,3	15,33
	15	яйцо	40	63	5,1	4,6	0,3
	243	Какао с молоком	200	195,71	4,85	5,04	12,73
	8	булка	50	118,35	3,84	0,35	14,68
	13	Масло слив	10	74,75	0,05	8,25	0,08
	14	сыр	20	72,8	5,36	5,8	0
		Итого		735,71	24,72	29,34	43,12
II завтрак		Сок	200	120	1,4	0,2	26,4
	290	Пирожок с повидлом	100	286,94	11,75	5,94	46,67
		Фрукты (апельсин)	200	84,6	0,72	0,72	17,6
		Итого		491,54	13,87	6,86	90,67
Обед	38	Суп с клецками на курином бульоне	300	134,33	4,5	7,95	20,21
	192	Куры отварные	110	181,36	15,64	6,64	1,53
	213	картофель жареный из отварного	200	160,98	4,78	4,54	41,3
	М 102	Икра кабачковая	90	58,10	0,00	0,16	0,16
	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		787,56	30,68	20,25	117,79
Ужин	10	Салат из моркови с яблоком	100	128,12	0,9	10,16	8,34
123		Творожная запеканка со сгущенным молоком	230	112,09	2,04	3,94	9,01
185		Колбаса	55	128,39	5,08	7,04	33,36
54-2/гн-2020		Чай	200	26,80	0,20	0,00	6,50
	1314	Булка с маслом	50/10	186,37	3,92	7,82	24,87
		Итого		581,77	12,14	28,96	82,08
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				2826,6	90,81	92,19	366,44

* - с учётом сезонных овощей

медсестра

Салихова

Т.С. Салихова