

11.01.

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



УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшин

10 мая 2023г.
Среда 1

	Техн.карт	Название блюда	Выход блюда в гр		Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак								
	54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	250		167,78	6,87	5,67	22,33
	54-23/гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200		86,00	3,80	2,90	11,30
	54-6/о-2020	Яйцо вареное	40		56,60	4,80	4,00	0,30
		Батон йодированный	40		94,68	3,04	0,32	19,68
		Итого			405,06	18,51	12,89	53,61
II завтрак		Сок	200		120,00	1,40	0,20	26,40
	МР-2.4.0260-21	Бананы	150		141,75	2,25	0,75	15,75
		Итого			261,75	3,65	0,95	42,15
Обед								
	54-8/с-2020	Суп гороховый	300		199,71	10,02	6,90	24,42
	54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200		311,60	11,06	8,40	48,00
	54-4м-2020	Котлета из говядины	110		295,07	8,26	17,47	16,53
		Икра кабачковая	100		46,80	0,91	2,80	4,43
	54-1/хн-2020	Компот из сухофруктов с витамином С	200		81,00	0,50	0,00	19,80
		Хлеб	80		278,00	10,40	1,92	53,41
		Итого			1212,18	41,15	37,49	166,59
Ужин								
	54-13з-2020	Салат их свеклы	100		76,00	1,33	4,50	7,67
	54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	120		137,04	9,04	4,12	20,32
	213	Картофель жареный из отварного	200		360,48	4,78	19,54	41,30
	54-2/гн-2020	Чай	200		26,80	0,20	0,00	6,50
		Батон йодированный	50		118,35	3,80	0,40	24,60
	53-19/3-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10
					784,77	19,25	35,76	100,49
	МР-2.4.0260-21	Йогурт	200		116,20	6,80	5,00	11,00
		Итого			116,20	6,80	5,00	11,00
Всего					2779,96	89,36	92,09	373,84

медсестра С. Т.С.Салихова