

ОО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ГЛУХИХ И СЛАБОСЛЫШАЮЩИХ И ПОЗДНООГЛОХШИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

10 сентября 2023г.

Возрастная категория 11-18 лет

Воскресенье 1

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр		Калорий	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак							
92 Курнешова 2006	Каша жидкая молочная манная	180		156,87	3,33	5,13	29,97
54-6/о-2020	Яйцо вареное	40		56,60	4,80	4,00	0,30
54-4/гн-2020	Чай с молоком	200		53,50	1,60	1,40	8,60
54-19з-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	80		189,36	6,08	0,64	39,36
II завтрак	Итого	510	0	522,43	15,91	18,37	78,33
	Сок	200		120,00	1,40	0,20	26,40
Обед	Итого	200	0	120,00	1,40	0,20	26,40
54-3с-2020	Суп рассольник со сметаной	300		179,52	6,04	8,76	38,85
54-11м-2020	Плов из отварной говядины	200		354,40	15,20	15,40	38,60
54-3з-2020	Помидор в нарезке	100		21,37	1,12	0,25	3,75
54-1хн-2020	Компот из сухофруктов с витамином С	200		81,00	0,50	0,00	19,80
МР-2.4.0260-21	Хлеб	120		417,00	15,60	2,88	80,12
МР-2.4.0260-21	Апельсины	200		75,60	1,68	0,40	15,12
Ужин	Итого	1120	0	1128,89	40,14	27,69	196,235
54-7з-2020	Салат из белокачанной капусты	100		142,83	2,67	10,17	10,33
№146 Пермь 200	Рыба жареная	120		234,00	14,52	24,12	45,84
№76 Пермь 2001	картофельное пюре с соусом	200		283,52	5,28	13,42	34,48
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	80		189,36	6,08	0,64	39,36
54-2/гн-2020	Чай	200		26,80	0,20	0,00	6,50
пром	Сухари	15		51,75	0,88	1,37	9,34
II Ужин		715	0	928,26	29,62	49,71	100,01
МР-2.4.0260-21	Снежок	200		143,00	5,40	5,00	21,60
	Итого	200	0	143,00	5,40	5,00	21,60
Всего		2745		2842,58	92,47	100,97	422,58

Диетсестра

Салихова

Т.С. Салихова