

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

7 октября 2023г.

Возрастная категория 11-18 лет

Суббота 1

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр					
Завтрак				Калорийн	Белки	Жиры	Углеводь
54-6т-2020	Сырники	180		361,44	18,84	5,64	26,04
МР-2.4.0260-21	Сгущеное молоко с сахаром 8,5% порц.	30		98,19	2,16	2,55	29,65
54-21/гн-2020	Какао с молоком	200		100,40	4,60	3,60	12,40
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	80		189,36	6,08	0,64	39,36
54-19з-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10
II завтрак	Итого	500	###	815,49	31,78	19,63	107,55
пром	Сок	200		120,00	1,40	0,20	26,40
Обед	Итого	200	###	120,00	1,40	0,20	26,40
54-1с-2020	Щи на к/м бульоне	300		138,30	6,93	8,43	18,58
54-4м-2020	Котлета из говядины	120		321,89	9,01	19,05	18,04
54-11г-2020	Картофельное пюре	200		148,69	3,41	5,55	21,12
МР-2.4.0260-21	Огурец соленый	70		44,30	1,64	3,50	0,00
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	Яблоко	200		88,80	0,80	0,80	19,60
Ужин	Итого	1210	###	1239,98	37,89	40,21	177,25
54-9з-2020	Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	100		120,67	1,33	10,00	6,00
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	120		234,20	1,40	8,20	10,00
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200		311,60	4,06	8,40	18,00
54-2/гн-2020	Чай	200		26,80	0,20	0,00	6,50
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	80		189,36	6,08	0,64	39,36
II ужин	Итого	700	###	693,27	13,07	27,24	79,86
МР-2.4.0260-21	Йогурт	200		146,20	6,10	5,00	11,00
	Итого	200	###	146,20	6,10	5,00	11,00
Всего		2810		3014,94	90,25	92,28	402,06

Диетсестра

Т.С. Салихова