

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

8 октября 2023г.

Возрастная категория 11-18 лет

Воскресенье 1

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр					
Завтрак				Калорийн	Белки	Жиры	Углеводь
54-20к-2020	Каша жидкая молочная гречневая	180		164,46	6,23	5,09	23,36
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	530,02	18,81	18,33	71,72
	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
пром.	Лечо	100		86,40	0,94	6,0	6,14
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	Бананы	200		189,00	3,00	1,00	21,00
Ужин	Итого	1120	0	1307,32	40,34	28,04	204,505
54-13з-2020	Салат их свеклы	100		76,00	1,33	4,50	7,67
№146Пермь200	Рыба жареная	120		234,00	14,52	24,12	45,84
54-11г-2020	Картофельное пюре	200		148,69	3,41	5,55	21,12
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
II Ужин		700	0	674,85	25,55	34,81	74,65
МР-2.4.0260-	Кефир	200		52,52	5,60	6,38	8,18
	Итого	200	0	52,52	5,60	6,38	8,18
Всего		2730		2684,71	91,70	87,76	385,45

Диетсестра

Т.С. Салихова