

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

9 октября 2023г.

Понедельник 2

Возрастная категория 11-18 лет

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр		Калорийн	Белки	Жиры	Углеводь
Завтрак							
54-9к-2020	Каша молочная вязкая овсяная	200		160,87	1,20	1,57	21,06
54-23/гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200		86,00	3,80	2,90	11,30
54-1о-2020	Омлет натуральный	65		97,72	5,50	7,80	1,43
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	555	0	600,05	16,68	20,11	73,25
	Сок	200		120,00	1,40	0,20	26,40
Обед	Итого	200	0	120,00	1,40	0,20	26,40
С156	Суп овощной со сметаной	300		246,00	17,10	22,10	61,00
54-4м-2020	Котлета из говядины	120		321,89	9,01	19,05	18,04
54-1г-2020	Макаронь отварные	200		262,40	7,20	2,30	43,73
пром	Икра кабачковая	100		64,56	2,01	5,01	1,01
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	10,12
МР-2.4.0260-21	Бананы	200		189,00	3,00	1,00	21,00
Ужин	Итого	1240	0	1581,85	54,42	52,34	174,69
54-9з-2020	Салат их белокачанной капусты с морковью и яблоками	100		120,67	1,33	10,00	26,35
С229	Рыба тушеная в томате с овощами	120		229,75	1,13	1,33	22,75
54-11г-2020	Картофельное пюре	200		148,69	3,41	5,55	21,12
54-2/гн-2020	Чай	200		26,80	0,20	3,00	6,50
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	80		189,36	6,08	0,64	39,36
пром	Сухари	15		51,75	0,88	1,37	9,34
II Ужин		715	0	767,02	13,03	21,88	125,42
МР-2.4.0260-21	Снежок	200		43,00	5,40	1,01	21,60
	Итого	200	0	43,00	5,40	1,01	21,60
Всего		2910	0	3111,91	90,93	95,55	421,36

Диетсестра

Т.С. Салихова