

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

13 октября 2023г.

Возрастная категория 11-18 лет

2 Пятница

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр		Калорийн	Белки	Жиры	Углеводь
Завтрак							
54-6к-2020	Каша молочная пшенная	250		235,25	15,11	4,43	65,43
54-23/гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200		86,00	5,80	2,90	11,30
54-6/о-2020	Яйцо вареное	40		56,60	4,80	4,00	0,30
54-19з-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	60		142,02	4,56	0,48	29,52
II завтрак	Итого	560	0	585,97	30,37	19,01	106,65
пром	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
54-12м-2020	Плов из курицы	250		374,52	1,40	4,64	63,33
20Могильный 2011	Салат из свежих огурцов	100		62,00	0,10	0,10	0,01
54-1хн-2020	Компот из сухофруктов с витамином С	200		81,00	0,50	0,00	19,80
МР-2.4.0260-21	Хлеб	80		278,00	10,40	1,92	53,41
МР-2.4.0260-21	Бананы	200		189,00	3,00	1,00	21,00
Ужин	Итого	1130	0	1230,52	32,50	29,76	218,55
54-9з-2020	Салат их белокачанной капусты с морковью и	100		120,67	1,33	10,00	26,35
54-7м-2020	Шницель из говядины	120		234,20	16,4	14,2	10,00
213Пермь 2001	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
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	60		142,02	4,56	0,48	29,52
54-19з-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10
пром	Сухари	15		51,75	0,88	1,37	9,34
II ужин		705	0	1002,02	28,25	38,59	123,11
МР-2.4.0260-21	Йогурт	200		146,20	6,10	5,00	11,00
	Итого	200	0	146,20	6,10	5,00	11,00
Всего		2795	0	3084,71	91,13	92,56	380,92

Диетсестра

Т.С. Салихова