

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

12 ноября 2023г.

Возрастная категория 11-18 лет

Воскресенье 2

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр		Калорийн	Белки	Жиры	Углеводь
Завтрак							
54-1г-2020	Макароны отварные с сахаром	180		236,16	6,48	6,57	39,36
54-1о-2020	Омлет натуральный	65		97,72	5,50	7,80	1,43
54-21/гн-2020	Какао с молоком	200		100,40	4,60	3,60	12,40
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
54-1з-2020	Сыр тв. сортов в нарезке	30		107,50	7,00	8,80	0,00
II завтрак	Итого	545	0	749,90	23,64	34,45	82,81
	Сок	200		120,00	1,40	0,20	26,40
Обед	Итого	200	0	120,00	1,40	0,20	26,40
29 Курнешова 2006	Суп рисовый	300		113,63	2,80	5,88	12,23
54-22м-2020	Рагу из курицы	230		249,98	2,41	8,10	20,15
23 Могильный 2011	Салат из свежих помидоров с луком	100		62,00	0,10	2,10	15,01
54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200		41,50	0,15	0,14	9,93
МР-2.4.0260-21	Хлеб	80		278,00	10,40	1,92	53,41
МР-2.4.0260-21	Бананы	150		141,75	2,25	0,75	15,75
Ужин	Итого	1060	0	636,88	18,11	18,89	126,48
54-11з-2020	Салат из моркови и яблок	100		123,67	1,00	10,17	7,17
54-1т-2020	Запеканка из творога	180		361,44	17,64	12,84	26,04
МР-2.4.0260-21	Сгущенное молоко с сахаром 8,5% порц.	30		98,19	2,16	2,55	19,65
126 Курнешова 2006	Отварная колбаса	70		163,41	6,47	8,96	29,73
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
МР-2.4.0260-21	Апельсины	140		52,92	1,18	0,28	10,58
II ужин		780	0	968,44	33,20	35,28	99,46
МР-2.4.0260-21	Йогурт	200		46,20	6,10	5,00	11,00
	Итого	200	0	46,20	6,10	5,00	11,00
Всего		2785	0	2521,42	82,46	93,82	346,15

Диетсестра

С

Т.С. Салихова