

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

19 ноября 2023г.

Возрастная категория 11-18 лет

Воскресенье 1

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр		Калорийн	Белки	Жиры	Углеводь
Завтрак							
92 Курнешова 2006	Каша жидкая молочная манная	200		174,30	3,70	5,70	33,30
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	60		142,02	4,56	0,48	29,52
II завтрак	Итого	510	0	492,52	14,76	18,78	71,82
	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
54-12м-2020	Плов	210		314,60	16,30	8,10	33,20
пром.	Лечо	100		86,40	0,94	12,00	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	1130	0	1267,52	42,38	32,74	199,105
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	100		67,10	0,60	5,30	24,10
№146 Пермь 200	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	60		142,02	4,56	0,48	29,52
54-2/гн-2020	Чай	200		26,80	0,20	0,00	6,50
пром	Сухари	35		120,75	2,05	3,19	21,79
II Ужин		715	0	739,36	25,34	38,63	103,03
МР-2.4.0260-21	Молоко	200		46,20	6,10	5,00	11,00
	Итого	200	0	46,20	6,10	5,00	11,00
Всего		2755		2665,60	89,98	95,35	411,35

Диетсестра

Т.С. Салихова