

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор В.И. Юшина

30 ноября 2023г.

Возрастная категория 11-18 лет

Четверг 1

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак						
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеница	250	335,24	5,11	5,43	65,43
54-21/гн-2020	Какао с молоком	200	100,40	4,60	3,60	12,40
54-1о-2020	Омлет натуральный	120	180,40	10,16	14,40	2,64
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	120	284,04	9,12	0,96	9,04
II завтрак	Итого	690	900,08	28,99	24,39	89,51
пром	Сок	200	120,00	1,40	0,20	26,40
МР-2.4.0260-21	Бананы	160	151,20	2,40	0,80	16,80
пром	Супы	35	120,75	2,05	3,19	21,79
Обед	Итого	200	120,00	1,40	0,20	26,40
54-1/с-2020	Пи на к/м бульоне со сметаной	300	138,30	6,93	8,43	18,58
54-2м-2020	Гуляш из говядины	120	278,40	2,75	4,65	28,80
54-1г-2020	Макароны отварные	200	262,40	7,20	2,30	43,73
пром	Икра кабачковая	60	38,73	0,01	3,81	12,01
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	80,12
Полдник	Итого	1000	1215,83	32,99	22,07	203,03
МР-2.4.0260-21	Мандарины	120	42,00	0,96	0,24	9,00
Ужин	Итого	120	42	0,96	0,24	9
54-1гз-2020	Салат из моркови и яблок	100	123,67	1,00	10,17	7,17
54-1г-2020	Запеканка из творога	150	301,20	7,20	10,70	21,70
МР-2.4.0260-21	Сгущенное молоко с сахаром 8,5% попу.	30	98,19	2,16	2,55	19,65
126Куршова2006	Отварная колбаса	50	116,72	4,62	6,40	21,24
54-2/гн-2020	Чай	200	26,80	0,20	0,00	6,50
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	80	189,36	6,08	0,64	39,36
54-19з-2020	Масло слив	10	66,10	0,10	7,20	0,10
II ужин		620	922,03	21,36	37,66	115,71
МР-2.4.0260-21	Снежок	193	43,00	5,21	10,62	20,84
Итого		193	43	5,21	10,62	20,84
Всего		2823,00	3242,95	90,91	95,18	464,50

Зам директора по АХР Н.Н. Пантюхина