

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

3 декабря 2023г.

Возрастная категория 11-18 лет

Воскресенье 1

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр					
Завтрак				Калорийн	Белки	Жиры	Углевод
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200	0	168,90	5,00	5,80	24,10
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
54-1з-2020	Сыр тв. сортов в нарезке	30		107,50	7,00	8,80	0,00
II завтрак	Итого	540	0	594,62	16,06	27,68	62,62
	Сок	200		120,00	1,40	0,20	26,40
МР-2.4.0260-21	Мандарины	120		42,00	0,96	0,24	9,00
Обед	Итого	320	0	162	2,36	0,44	35,4
54-3с-2020	Суп рассольник со сметаной	300		179,52	6,04	8,76	38,85
54-3м-2020	Голубцы со сметанным соусом	200		276,80	16,80	8,20	12,80
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
полдник	Итого	780	0	815,32	33,74	18,88	124,86
МР-2.4.0260-21	Бананы	200	###	189,00	3,00	1,00	21,00
пром.	Пряники	35		50,40	1,33	1,96	21,07
Ужин	Итого	235	0	239,4	4,33	2,96	42,07
№21 Пермь 2001	С-т из свёклы с солёным огурцом	60	###	29,88	0,80	0,44	0,00
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	100		191,46	10,10	8,61	18,96
213 Пермь 2001	Картофель жареный из отварного	150	0	270,36	3,59	14,66	30,98
54-2/гн-2020	Чай	200		26,80	0,20	0,00	6,50
273 Могильный	Блинчики с вареньем	165		292,88	8,00	5,66	52,50
МР-2.4.0260-21	Хлеб	80	###	278,00	10,40	1,92	53,41
II Ужин		755	0	1089,38	33,09	31,29	162,34
МР-2.4.0260-21	Кефир	200		52,52	5,60	6,38	8,18
пром	Сухари	40	0	138,00	2,34	3,64	24,90
	Итого	240	0	190,52	7,94	10,02	33,08
Всего		2870	0	3091	98	91	460

Зам директора по АХР

Н.Н. Пантюхина