

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

11 декабря 2023г.

Возрастная категория 11-17 лет

Понедельник 1

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр		Калорийн	Белки	Жиры	Углевод
I завтрак							
54-9к-2020	Каша молочная вязкая овсяная	250	###	201,09	1,50	1,97	26,33
54-23/гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200		86,00	3,80	2,90	11,30
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный маслом слив	65	###	175,07	4,61	4,08	29,57
54-1з-2020	Сыр тв. сортов в нарезке	30		107,50	7,00	8,80	0,00
II завтрак	Итого	545	0	569,66	16,91	17,75	67,20
	Сок	200		120,00	1,40	0,20	26,40
МР-2.4.0260-21	Бананы	200	###	189,00	3,00	1,00	21,00
пром	Сухари	40	0	138,00	2,34	3,64	24,90
Обед	Итого	200	###	120,00	1,40	0,20	26,40
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	300		171,33	7,05	9,15	15,15
54-11г-2020	Картофельное пюре	200		148,69	3,41	5,55	21,12
54-4м-2020	Котлета из говядины	95	0	254,83	7,13	9,08	14,28
пром.	Лечо	100		86,40	0,00	0,00	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	80		278,00	10,40	1,92	3,41
Полдник	Итого'	975	0	1020,25	28,50	25,70	79,90
МР-2.4.0260-21	Апельсины	200		75,60	1,68	0,40	15,12
пром	Кондитерское изделие (вафли)	30		43,20	1,14	1,68	18,06
Ужин	Итого'	230	0	119	3	2	33
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	100		67,10	0,60	5,30	24,10
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами	110	###	210,60	11,11	9,47	20,85
54-6г-2020	Рис отварной	200		271,33	4,93	6,40	48,66
54-2/гн-2020	Чай	200		26,80	0,20	0,00	6,50
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
	Итого	680	0	783,95	21,51	28,85	129,73
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 за день	2830,00		2658,86	77,23	79,58	347,41

Зам директора по АХР _____

Н.Н. Пантюхина