

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

17 декабря 2023г.

Возрастная категория 11-18 лет

Воскресенье 1

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр		Калорийн	Белки	Жиры	Углевод
Завтрак							
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	Мармелад	30		97,00	0,04	0,00	23,82
Ужин	Итого	230	0	286	3,04	1	44,82
№21Пермь2001	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
213Пермь 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
№296Пермь200	Оладьи	150		319,00	5,50	14,80	38,05
МР-2.4.0260-21	Хлеб	80	###	278,00	10,40	1,92	53,41
II Ужин		740	0	1115,50	30,59	40,43	147,89
МР-2.4.0260-21	Йогурт	200		16,20	6,10	4,00	1,00
пром	Сухари	40	0	138,00	2,34	3,64	24,90
	Итого	240	0	154,2	8,44	7,64	25,9
Всего		2850	0	3128	94	96	441

Зам директора по АХР

Н.Н. Пантюхина