

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

29 декабря 2023г.

Возрастная категория 11-18 лет

Пятница 1

Пятница 1							
Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр			Белки	Жиры	Углеводи
Завтрак				Калорийн			
54-25.1к-2020	Каша жидкая молочная рисовая	250		230,63	25,01	6,75	55,85
54-23/гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200		86,00	3,80	2,90	11,30
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
54-19з-2020	Масло слив	5		33,05	0,05	3,60	0,05
II завтрак	Итого	545	0	599,20	33,42	22,53	96,72
54-20хн-2020	Кисель	200		32,00	0,60	2,00	3,60
МР-2.4.0260-21	Яблоко	180		79,92	0,72	0,72	17,64
Обед	Итого	380	0	111,92	1,32	2,72	21,24
54-7/с-2020	изделиями	300		179,40	3,74	15,17	57,75
54-1г-2020	Макароны отварные	250		328,00	9,00	2,88	54,66
54-23м-2020	Биточки из курицы	120		202,24	10,64	7,51	16,16
МР-2.4.0260-21	Помидор соленый	70		44,30	1,64	3,50	0,00
пром	Сок	200		120,00	1,40	0,20	26,40
МР-2.4.0260-21	Хлеб	60		208,50	7,80	1,44	40,06
Полдник	Итого	1000	0	1082,44	34,22	30,70	195,03
МР-2.4.0260-21	Бананы	180	###	170,10	2,70	0,90	18,90
пром	Сухари	40		138,00	2,34	3,64	24,90
Ужин	Итого	220	###	308,10	5,04	4,54	43,80
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	60		40,26	0,36	3,18	14,46
№146Пермь2001	Рыба жареная	120		234,00	2,52	14,12	5,84
213Пермь 2001	Картофель жареный из отварного	180	0	170,10	2,70	0,90	18,90
54-2/гн-2020	Чай	200		26,80	0,20	0,00	6,50
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	60		142,02	4,56	0,48	29,52
54-19з-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10
II Ужин		630	0	679,28	10,44	25,88	75,32
МР-2.4.0260-21	Кефир	200		52,52	5,60	6,38	8,18
	Итого	200	0	52,52	5,60	6,38	8,18
Всего		2975		2833,46	90,04	92,75	440,29

Медсестра

Е.В. Барыкина