КГОБУ "Коррекционная школа-интернат I вида"

07.12.2023 (четверг)

11-й день Примерного 14-дневного меню (школа)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	завтрак	
200	***Каша пшенная молочная**	Калорийность-235, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-35
180	***Кофейный напиток с молоком**	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20
10	***Масло сливочное**	Калорийность-66, Жиры-7
012	***Сыр порциями**	Калорийность-40, Белки-3, Жиры-3
60	***Пшеничный хлеб**	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-31
	Итого за завтрак	Калорийность-612, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-86
	завтрак(2)	
40	***Печенье сдобное**	Калорийность-183, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-27
200	***Молоко пастеризованное**	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
	Итого за завтрак(2)	Калорийность-299, Белки-8, Жиры-14, Углеводы-36
	обед	
100	***Огурцы малосольные с чесноком**	Калорийность-18, Белки-1, Углеводы-3
250	***Свекольник на курином бульоне со сметаной**	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-12
180	***Макароны отварные**	Калорийность-274, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-39
100	***Котлета мясная**	Калорийность-213, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-8
180	***Компот из сухофруктов**	Калорийность-89, Углеводы-23
60	***Хлеб пшеничный 60г**	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
20	***Хлеб ржаной 20г**	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10
13	***Специи, соль чеснок**	
	Итого за обед	Калорийность-961, Белки-31, Жиры-37, Углеводы-124
	полдник	
200	***Йогурт фруктовый**	Калорийность-107, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-12
110	***Сырники из творога с йогуртом**	Калорийность-246, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-12
180	***Банан**	Калорийность-151, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17
	Итого за полдник	Калорийность-504, Белки-28, Жиры-17, Углеводы-41
	ужин	
100	***Помидор свежий**	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4
180	***Картофельное пюре**	Калорийность-247, Белки-4, Жиры-10, Углеводы-25
100	***Рыба тушеная в томате с овощами**	Калорийность-97, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-2
60	***Хлеб пшеничный 60г**	Калорийность-143, Белки-5, Углеводы-29
180	***Чай с сахаром и лимоном**	Калорийность-55, Углеводы-14
	Итого за ужин	Калорийность-563, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-74
	Итого за	Калорийность-2 939, Белки-106, Жиры-106, Углеводы-361

Директор Новикова Лариса Юрьевна

_____ _____

Министерство образования Приморского края * Краевое государственное бюджетное специальное (коррекционное) общеобразовательное учреждение «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат I вида» * ОГРН 1022502117428 ИНН 2539022871 КПП 253801001