

Утверждаю:
Директор ФКОУ
«Специальной
(коррекционной)
общеобразовательной
школы № 101
г. Омск» Интернат

Выход (г)	Наименование блюда	эл, пен, (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак 1			
100/100	Каша гречневая с молоком <i>Гречка гречневая Молоко Сметана</i>	Калорийность-440, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-69	13-17
010	Масло сливочное (порциями)	Калорийность-78, Жиры-8	4-33
200	Какао с молоком. <i>Какао Молоко Сахар</i>	Калорийность-149, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-26	8-45
50	Хлеб пшеничный 50г	Калорийность-119, Белки-4, Углеводы-24	2-88
25	Хлеб ржаной 25г	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	1
Итого за завтрак 1		Калорийность-828, Белки-28, Жиры-22, Углеводы-128	29-83
завтрак 2			
150/50/15	Чай с молоком сахаром <i>Сахар Чай Молоко</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	4-36
75	Пирожок с картофелем и луком <i>Мясо Сахар Масло сливочное Яйца Сметана Дрожжи Масло растительное Картофель Лук репчатый</i>	Калорийность-189, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-32	5-94
Итого за завтрак 2		Калорийность-275, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-49	10-3
Обед			
100	Хотлеты рыбные <i>Мясо Яйца Хлеб пшеничный Молоко Сахар Масло растительное Сметана Масло Сметана</i>	Калорийность-242, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-17	33-36
100	Салат из свеклы с зеленым горошком 100 <i>Свекла Зелень горошек Яйца Лук репчатый Масло растительное</i>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8	11-3
200	Кисель из сока ябл <i>Яблоки Сок яблочный Сахар</i>	Калорийность-146, Углеводы-37	7-2
25	Хлеб ржаной 25г	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	1
200	Пюре картофельное 200 <i>Картофель Молоко Масло сливочное Сметана</i>	Калорийность-207, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-29	13-49
300	Суп картофельный с клецками 300 <i>Картофель Сметана Молоко Лук репчатый Масло растительное Мясо Молоко Яйца Дрожжи</i>	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-30	10-29
100	Хлеб пшеничный 100г	Калорийность-238, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-49	5-12
Итого за Обед		Калорийность-1192, Белки-37, Жиры-35, Углеводы-179	81-76
Итого за		Калорийность-2295, Белки-72, Жиры-63, Углеводы-356	121-89

