

Информация:
Директор ИИИ
"Специальная
(коррекционная)
общеобразовательная
школа-интернат
для детей с
нарушением зрения"
г. Москва, ул. ...
№ ...

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак 1</u>			
150	Омлет из яиц 150/7 <i>Яйца Масло сливочное Масло слив.</i>	Калорийность-321, Белки-14, Жиры-28, Углеводы-3	32-38
10/30	Бутерброд с маслом 10/30 <i>Хлеб пшеничный Масло сливочное</i>	Калорийность-146, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15	5-86
200	Чай с сахаром. <i>Сахар Чай</i>	Калорийность-57, Углеводы-15	1-36
50	Хлеб пшеничный 50г	Калорийность-119, Белки-4, Углеводы-24	2-55
25	Хлеб ржаной 25г	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	1
Итого за завтрак 1		Калорийность-688, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-66	43-15
<u>завтрак 2</u>			
200	Чай с сахаром. <i>Сахар Чай</i>	Калорийность-57, Углеводы-15	1-36
100	Пицца школьная 100 <i>Мука Сахар Масло сливочное Яйца Слив Дрожжи Колбаса или Сыр Томатная паста Лук репчатый</i>	Калорийность-279, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-31	19-85
200	Яблоки 200 гр	Калорийность-90, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	14
Итого за завтрак 2		Калорийность-426, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-66	35-21
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с горохом 250 <i>Картофель Слив Масло растительное Горох Лук репчатый Морковь</i>	Калорийность-155, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-20	5-34
100/150	Плов из птицы 100/150 <i>Курица Масло растительное Лук репчатый Морковь Томатная паста Рис Слив</i>	Калорийность-586, Белки-26, Жиры-35, Углеводы-42	28-98
80	Свекла тушеная в сметанном соусе 80 <i>Свекла Сахар Слив Сметана Мука</i>	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10	4-44
200	Компот из сухофруктов.. <i>Сухофрукты Лимонная кислота</i>	Калорийность-87, Углеводы-22	3-1
70	Хлеб пшеничный 70г	Калорийность-167, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-34	3-57
50	Хлеб ржаной 50г	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	2
Итого за Обед		Калорийность-1141, Белки-42, Жиры-45, Углеводы-145	47-43
<u>полдник</u>			
60	Булочка Веснушка'60 <i>Мука Дрожжи Слив Сахар Масло сливочное Яйца Ягоды</i>	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-36	4-65
200	Молоко кипяченое.	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	11-8
Итого за полдник		Калорийность-316, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-45	16-45
<u>ужин</u>			
200	Рагу из овощей.. <i>Картофель Морковь Лук репчатый Капуста Масло растительное Чеснок Мука Лук зеленый Слив Масло сливочное</i>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	16-03
010	Масло сливочное (порциями)	Калорийность-75, Жиры-8	4-33
200	Чай с сахаром. <i>Сахар Чай</i>	Калорийность-57, Углеводы-15	1-36
100	Сосиски молочные отварные 100 <i>Сосиски Масло сливочное</i>	Калорийность-170, Белки-6, Жиры-16, Углеводы-1	41-77
80	Помидоры свежие 80	Калорийность-18, Белки-1, Углеводы-3	11-28
30	Хлеб пшеничный 30г	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	1-53
75	Хлеб ржаной 75г	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-26	3
Итого за ужин		Калорийность-617, Белки-16, Жиры-29, Углеводы-71	79-3
Итого за		Калорийность-3188, Белки-102, Жиры-133, Углеводы-393	221-54

24.05.2022

меню Спецколы (Зима-Весна 2022 г ст)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак 1</u>			
150	Омлет из яиц, 150/7 <i>Яйца, Масло сливочное, Молоко, Соль</i>	Калорийность-321, Белки-14, Жиры-28, Углеводы-3	32-38
10/30	Бутерброд с маслом 10/30 <i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное</i>	Калорийность-146, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15	5-86
200	Чай с сахаром. <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-57, Углеводы-15	1-36
50	Хлеб пшеничный 50г	Калорийность-119, Белки-4, Углеводы-24	2-55
50	Хлеб ржаной 50г	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	2
Итого за завтрак 1		Калорийность-734, Белки-23, Жиры-37, Углеводы-74	44-15
<u>завтрак 2</u>			
200	Чай с сахаром. <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-57, Углеводы-15	1-36
100	Пицца школьная 100 <i>Мясо, Сахар, Масло сливочное, Яйца, Соль, Дрожжи, Колбаса, Лук, Сыр, Томатная паста, Лаваш, Шампиньоны</i>	Калорийность-279, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-31	19-85
200	Яблоки 200 гр	Калорийность-90, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	14
Итого за завтрак 2		Калорийность-426, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-66	35-21
<u>Обед</u>			
200	Компот из сухофруктов.. <i>Сахар, Сухофрукты, Лимонная кислота</i>	Калорийность-87, Углеводы-22	3-1
50	Хлеб ржаной 50г	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	2
300	Суп картофельный с горохом 300 <i>Картофель, Соль, Масло растительное, Горох, Лук репчатый, Морковь</i>	Калорийность-186, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-24	5-99
100/200	Плов из птицы 100/200 <i>Курица, Масло растительное, Лук репчатый, Морковь, Томатная паста, Рис, Соль</i>	Калорийность-725, Белки-32, Жиры-41, Углеводы-55	40-12
100	Свекла тушеная в сметанном соусе 100 <i>Свекла, Сахар, Соль, Сметана, Масло</i>	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13	5-62
100	Хлеб пшеничный 100г	Калорийность-238, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-49	5-1
Итого за Обед		Калорийность-1399, Белки-52, Жиры-52, Углеводы-180	61-93
<u>полдник</u>			
60	Булочка Веспушка '60 <i>Мясо, Дрожжи, Соль, Сахар, Масло сливочное, Яйца, Изюм</i>	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-36	4-65
200	Молоко кипяченое.	Калорийность-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	11-8
Итого за полдник		Калорийность-316, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-45	16-45
<u>ужин</u>			
200	Рагу из овощей.. <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Кабачок, Масло растительное, Сметана, Мясо, Лук репчатый, Соль, Сахар, Масло сливочное</i>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	16-03
010	Масло сливочное (порциями)	Калорийность-75, Жиры-8	4-33
200	Чай с сахаром. <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-57, Углеводы-15	1-36
100	Сосиски молочные отварные 100 <i>Сосиски, Масло сливочное</i>	Калорийность-170, Белки-6, Жиры-16, Углеводы-1	41-77
75	Хлеб ржаной 75г	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-26	3
100	Помидоры свежие 100	Калорийность-23, Белки-1, Углеводы-4	14-16
50	Хлеб пшеничный 50г	Калорийность-119, Белки-4, Углеводы-24	2-55
Итого за ужин		Калорийность-670, Белки-18, Жиры-29, Углеводы-81	83-2
Итого за		Калорийность-3545, Белки-115, Жиры-141, Углеводы-446	240-94

Информация:
Рефрестор ТРСУ
«Спецпитание»
(коррекционная)
общественная
школа-интернат
г. Могилев
ОБРН 102062320570
ИНН 2615011064
Специальная
образовательная
учреждение
школы-интерната
№ 11
г. Могилев