МАОУ " Школа-интернат №4 для обучающихся с ОВЗ" г.Перми

06.09.2021

(младшие приходящие) - день 3

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
205	**Каша манная молочная жидкая** *молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., крупа манная, сахар-песок, масло сливочное*	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-32
200	**Какао-напиток на молоке** *молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., сахар-песок, какао-порошок*	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25
10	**Масло сливочное порционное**	Калорийность-75, Жиры-825
40	**Батон**	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
40	**Яйцо куриное сваренное вкрутую**	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
	Итого за Завтрак	Калорийность-606, Белки-18, Жиры-842, Углеводы-78
	Второй завтрак	
130	**Яблоки**	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
	Обед	
60	**Помидоры свежие (60)**	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2
200	**Борщ с капустой и картофелем (200)** *свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана , томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло растительное, сахар-песок*	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9
70/50	**Гуляш из говядины** *говядина дп крупный кусок (лопаточная часть) замороженная, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с*	Калорийность-297, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-4
150	**Пюре картофельное (150)** *картофель, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., масло сливочное*	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16
200	**Компот из кураги** *курага, сахар-песок*	Калорийность-81, Углеводы-20
50	**Хлеб белый пшеничный(50)**	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25
40	**Хлеб ржано-пшеничный (40)**	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийность-794, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-89
	Итого за день	Калорийность-1 494, Белки-52, Жиры-876, Углеводы-187

Директор МБОУ "Школа-интернат № 4 для обучающихся с ОВЗ" г.Перми

УТВЕРЖДАЮ:

АМИРОВА Н.Ю.

МАОУ " Школа-интернат №4 для обучающихся с ОВЗ" г.Перми

06.09.2021

(старшие приходящие) - день 3

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
205	***Каша манная молочная жидкая***	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-32
	молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., крупа манная, сахар-песок, масло сливочное	
200	***Какао-напиток на молоке***	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25
	молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., сахар-песок, какао-порошок	
40	***Яйцо куриное сваренное вкрутую***	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
10	***Масло сливочное***	Калорийность-75, Жиры-825
40	***Батон***	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
	Итого за Завтрак	Калорийность-606, Белки-18, Жиры-842, Углеводы-78
	Второй завтрак	
130	***Яблоки***	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
	Обед	
100	***Помидоры свежие(100)***	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4
250	***Борщ с капустой и картофелем (250)***	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11
	свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана , томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло растительное, сахар-песок	
70/50	***Гуляш из говядины***	Калорийность-297, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-4
	говядина дп крупный кусок (лопаточная часть) замороженная, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с	
200	***Пюре картофельное(200)***	Калорийность-184, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-22
	картофель, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., масло сливочное	
200	***Компот из кураги***	Калорийность-81, Углеводы-20
	курага, сахар-песок	
50	***Хлеб белый пшеничный(50)***	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25
40	***Хлеб ржано-пшеничный (40)***	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийность-869, Белки-35, Жиры-36, Углеводы-99
	Итого за день	Калорийность-1 569, Белки-54, Жиры-879, Углеводы-197