

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

УТВЕРЖДАЮ:

АМИРОВА Н.Ю.

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

11.03.2022

**(старшие проживающие) - день 10**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
200	<b>Суп молочный с изделиями макаронными (200)</b> <i>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., макаронные изделия, масло сливочное, сахар-песок</i>	Калорийность-146, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-19
40	<b>Яйцо куриное сваренное вкрутую</b>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
200	<b>Какао-напиток на молоке</b> <i>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., сахар-песок, какао-порошок</i>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25
10	<b>Масло сливочное</b>	Калорийность-75, Жиры-825
40	<b>Батон</b>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-531, Белки-18, Жиры-839, Углеводы-65
<b><u>Второй завтрак</u></b>		
90	<b>Яблоки</b>	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
<b>Итого за Второй завтрак</b>		Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
<b><u>Обед</u></b>		
100	<b>Салат из свеклы с морковью (100)</b> <i>свекла, морковь, масло растительное</i>	Калорийность-127, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7
250	<b>Суп рыбный с картофелем (250)</b> <i>картофель, рыба (минтай), морковь, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное</i>	Калорийность-144, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-15
240	<b>Запеканка картофельная с мясом и соусом (240)</b> <i>картофель, говядина – котлетное мясо дп замороженное, масло сливочное, томат-паста, яйцо, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Калорийность-406, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-22
200	<b>Компот из изюма</b> <i>изюм, сахар-песок</i>	Калорийность-81, Углеводы-20
50	<b>Хлеб белый пшеничный(50)</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный (40)</b>	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-946, Белки-42, Жиры-40, Углеводы-102
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 571, Белки-61, Жиры-880, Углеводы-187

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

УТВЕРЖДАЮ:

АМИРОВА Н.Ю.



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

11.03.2022

## (младшие проживающие) - день 10

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
100	<b>Суп молочный с изделиями макаронными (200)</b> <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл. 1л., макаронные изделия, масло сливочное, сахар-песок</small>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-9
40	<b>Яйцо куриное сваренное вкрутую</b>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
200	<b>Какао-напиток на молоке</b> <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл. 1л., сахар-песок, какао-порошок</small>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25
10	<b>Масло сливочное</b>	Калорийность-75, Жиры-825
40	<b>Батон</b>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-458, Белки-15, Жиры-837, Углеводы-55
<b><u>Второй завтрак</u></b>		
90	<b>Яблоки</b>	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
<b>Итого за Второй завтрак</b>		Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Салат из свеклы с морковью (60)</b> <small>свекла, морковь, масло растительное</small>	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4
200	<b>Суп рыбный с картофелем (200)</b> <small>картофель, рыба (минтай), морковь, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное</small>	Калорийность-115, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-12
240	<b>Запеканка картофельная с мясом и соусом (240)</b> <small>картофель, говядина – коплетное мясо оп замороженное, масло сливочное, томат-паста, яйцо, мука пшеничная в/с, сахар-песок</small>	Калорийность-406, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-22
200	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок</small>	Калорийность-81, Углеводы-20
50	<b>Хлеб белый пшеничный(50)</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный (40)</b>	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-866, Белки-40, Жиры-35, Углеводы-96
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 418, Белки-56, Жиры-873, Углеводы-171