

УТВЕРЖДАЮ:

АМИРОВА Н.Ю.

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

15.06.2022

(ЛДО младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
100	Суп молочный с изделиями макаронными (200) <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., макаронные изделия, масло сливочное, сахар-песок</small>	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-9
40	Яйцо куриное сваренное вкрутую	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
200	Какао-напиток на молоке <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., сахар-песок, какао-порошок</small>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25
10	Масло сливочное порционное(10)	Калорийность-75, Жиры-825
200	Яблоки	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
40	Батон (40)	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
Итого за Завтрак		Калорийность-552, Белки-16, Жиры-838, Углеводы-75
<u>Обед</u>		
100	Салат из свеклы с морковью (100) <small>свекла, морковь, масло растительное</small>	Калорийность-127, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7
250	Суп рыбный с картофелем (250) <small>картофель, рыба (минтай), лук репчатый, морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное</small>	Калорийность-144, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-15
240	Запеканка картофельная с мясом и соусом (240) <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	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок</small>	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-946, Белки-42, Жиры-40, Углеводы-102
<u>Полдник</u>		
200	Сок фруктовый	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-37
50	Печенье(50)	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-37
50	Шоколад	
Итого за Полдник		Калорийность-301, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-74
Итого за день		Калорийность-1 799, Белки-63, Жиры-884, Углеводы-251

УТВЕРЖДАЮ:

АМИРОВА Н.Ю.

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

15.06.2022

(ЛДО старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250	Суп молочный с изделиями макаронными (250) <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., макаронные изделия, масло сливочное, сахар-песок</small>	Калорийность-183, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-24
40	Яйцо куриное сваренное вкрутую	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
200	Какао-напиток на молоке <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., сахар-песок, какао-порошок</small>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25
15	Масло сливочное порционно (15)	Калорийность-112, Жиры-1 238
50	Батон (50)	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26
Итого за Завтрак		Калорийность-631, Белки-20, Жиры-1 254, Углеводы-75
<u>Обед</u>		
100	Салат из свеклы с морковью (100) <small>свекла, морковь, масло растительное</small>	Калорийность-127, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7
250	Суп рыбный с картофелем (250) <small>картофель, рыба (минтай), лук репчатый, морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное</small>	Калорийность-144, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-15
240	Запеканка картофельная с мясом и соусом (240) <small>картофель, говядина – клетчатное мясо дл замороженное, масло сливочное, томат-паста, яйцо, мука пшеничная в/с, сахар-песок</small>	Калорийность-406, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-22
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок</small>	Калорийность-81, Углеводы-20
100	Хлеб белый пшеничный (100)	Калорийность-233, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-52
60	Хлеб ржано-пшеничный (60)	Калорийность-189, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-44
Итого за Обед		Калорийность-1 180, Белки-49, Жиры-42, Углеводы-160
<u>Полдник</u>		
200	Сок фруктовый	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-37
50	Печенье(50)	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-37
200	Яблоки	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
50	Шоколад	
Итого за Полдник		Калорийность-395, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-94
Итого за день		Калорийность-2 206, Белки-75, Жиры-1 303, Углеводы-