

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



УТВЕРЖДАЮ:

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

08.06.2022

(ЛДО младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
205	Каша рисовая молочная жидкая <i>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., крупа рис, сахар-песок, масло сливочное</i>	Калорийность-235, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-33
200	Кофейный напиток с <i>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., сахар-песок, кофейный напиток</i>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16
15	Масло сливочное порционно (15)	Калорийность-112, Жиры-1 238
40	Батон (40)	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
200	Яблоки	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
Итого за Завтрак		Калорийность-623, Белки-13, Жиры-1 252, Углеводы-90
<u>Обед</u>		
100	Салат из моркови с изюмом (100) <i>морковь, изюм, сахар-песок, лимоны</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23
250	Суп гороховый с картофелем(250) <i>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное</i>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15
100	Комлета из филе кури (100) <i>филе кур охлажденное, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., хлеб пшеничный</i>	Калорийность-189, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-9
200	Каша гречневая рассыпчатая (200) <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	Калорийность-337, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-49
200	Компот из смеси <i>компотная смесь из сухофруктов, сахар-песок</i>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27
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-1 028, Белки-37, Жиры-25, Углеводы-161
<u>Полдник</u>		
200	Йогурт фруктовый	Калорийность-174, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-17
30	Печенье	Калорийность-125, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22
Итого за Полдник		Калорийность-299, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-39
Итого за день		Калорийность-1 950, Белки-62, Жиры-1 287, Углеводы-