



УТВЕРЖДАЮ:

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

10.06.2022

## (ЛДО младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
205	<b>Каша пшенная молочная жидкая</b> <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок</small>	Калорийность-284, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-36
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 порционное(10)</b>	Калорийность-75, Жиры-825
200	<b>Яблоки</b>	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
40	<b>Батон (40)</b>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-700, Белки-16, Жиры-839, Углеводы-102
<u>Обед</u>		
100	<b>Салат из свеклы с яблоком(100)</b> <small>свекла, яблоки, масло растительное, сахар-песок</small>	Калорийность-99, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11
250	<b>Борщ с капустой и картофелем (250)</b> <small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло растительное, сахар-песок</small>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11
100	<b>Биточки из говядины (100)</b> <small>говядина – коплетное мясо для заморозенное, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., хлеб пшеничный, масло сливочное</small>	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-14
200	<b>Пюре картофельное(200)</b> <small>картофель, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., масло сливочное</small>	Калорийность-184, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-22
200	<b>Компот из смеси</b> <small>компотная смесь из сухофруктов, сахар-песок</small>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27
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-962, Белки-33, Жиры-37, Углеводы-123
<u>Полдник</u>		
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-37
60	<b>Булочка "Домашняя" собственного производства(60)</b> <small>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло растительное, яйцо, дрожжи прессованные</small>	Калорийность-228, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-37
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-320, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-74
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 982, Белки-54, Жиры-883, Углеводы-299