

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



АМИРОВА Н.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

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

08.06.2022

(ЛДО старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
250	Каша рисовая молочная жидкая(250) <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., крупа рис, сахар-песок, масло сливочное</small>	Калорийность-294, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-42
200	Кофейный напиток с <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., сахар-песок, кофейный напиток</small>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16
15	Масло сливочное порционно (15)	Калорийность-112, Жиры-1 238
200	Яблоки	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
50	Батон (50)	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26
Итого за Завтрак		Калорийность-708, Белки-15, Жиры-1 254, Углеводы-104
Обед		
100	Салат из моркови с изюмом (100) <small>морковь, изюм, сахар-песок, лимоны</small>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23
250	Суп гороховый с картофелем(250) <small>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное</small>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15
100	Котлета из филе кури (100) <small>филе кур охлажденное, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., хлеб пшеничный</small>	Калорийность-189, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-9
200	Каша гречневая рассыпчатая (200) <small>крупа гречневая, масло сливочное</small>	Калорийность-337, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-49
200	Компот из смеси <small>компотная смесь из сухофруктов, сахар-песок</small>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27
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-1 262, Белки-44, Жиры-27, Углеводы-219
Полдник		
200	Йогурт фруктовый	Калорийность-174, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-17
50	Печенье(50)	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-37
200	Яблоки	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
Итого за Полдник		Калорийность-477, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-74
Итого за день		Калорийность-2 447, Белки-74, Жиры-1 294, Углеводы-