

УТВЕРЖДАЮ:

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

АМИРОВА Н.Ю.

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

02.08.2022

(ЛДО старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	Запеканка из творога (200) <i>творог 5%, гост31453-2013, молоко 2,5% гост31450-2013, пл. л., крупа манная, сахар-песок, масло сливочное, сметана, яйцо</i>	Калорийность-567, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-32
30	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17
200	Кофейный напиток с <i>молоко 2,5% гост31450-2013, пл. л., сахар-песок, кофейный напиток</i>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16
15	Сыр порционный(15)	Калорийность-54, Белки-4, Жиры-4
250	Банан	Калорийность-240, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-53
50	Батон (50)	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26
Итого за Завтрак		Калорийность-1 167, Белки-49, Жиры-46, Углеводы-144
<u>Обед</u>		
100	Помидоры свежие(100)	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4
250	Щи из капусты свежей с картофелем со сметаной (250) <i>капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло растительное</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8
70/50	Гуляш из говядины <i>говядина дп крупный кусок (лопаточная часть) замороженная, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-297, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-4
200	Рис отварной (200) <i>крупа рис, масло сливочное</i>	Калорийность-272, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-45
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	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-1 176, Белки-43, Жиры-37, Углеводы-177
Итого за день		Калорийность-2 343, Белки-92, Жиры-83, Углеводы-321



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

УТВЕРЖДАЮ:

Амирова Н.Ю.

АМИРОВА Н.Ю.

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

03.08.2022

(ЛДО старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250	Каша пшеничная молочная жидкая(250) <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл. л., крупа пшено , масло сливочное, сахар-песок</small>	Калорийность-355, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-45
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 порционнно (15)	Калорийность-112, Жиры-1 238
15	Сыр порционный(15)	Калорийность-54, Белки-4, Жиры-4
100	Яблоки	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
50	Батон (50)	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26
Итого за Завтрак		Калорийность-888, Белки-23, Жиры-1 259, Углеводы-116
<u>Обед</u>		
100	Салат из свеклы с яблоком(100) <small>свекла, яблоки, масло растительное, сахар-песок</small>	Калорийность-99, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11
250	Борщ с капустой и картофелем (250) <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	Биточки из говядины (100) <small>говядина – клетчатное мясо дп замороженное, молоко 2,5% гост31450-2013, пл. л., хлеб пшеничный , масло сливочное</small>	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-14
200	Пюре картофельное(200) <small>картофель, молоко 2,5% гост31450-2013, пл. л., масло сливочное</small>	Калорийность-184, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-22
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-1 196, Белки-40, Жиры-39, Углеводы-181
Итого за день		Калорийность-2 084, Белки-63, Жиры-1 298, Углеводы-



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

УТВЕРЖДАЮ:

АМИРОВА Н.Ю.

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

04.08.2022

(ЛДО старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
195,0	Омлет натуральный, запеченный(195) <i>яйцо , молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., масло сливочное</i>	Калорийность-318, Белки-17, Жиры-26, Углеводы-5
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	Сыр порционный(15)	Калорийность-54, Белки-4, Жиры-4
150	Мандарин	Калорийность-57, Белки-1, Углеводы-11
50	Батон (50)	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26
Итого за Завтрак		Калорийность-637, Белки-29, Жиры-34, Углеводы-58
Обед		
100	Салат из свежей капусты с яблоком(100) <i>капуста, яблоки, масло растительное, лимонная кислота</i>	Калорийность-120, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-6
250	Рассольник ленинградский со сметаной (250) <i>картофель, огурцы соленые, сметана , морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, крупа рис, лук репчатый, масло растительное</i>	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16
100	Шницель из говядины(100) <i>говядина – котлетное мясо дл замороженное, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., хлеб пшеничный , масло сливочное</i>	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-14
200	Макаронны отварные(200) <i>макаронные изделия , масло сливочное</i>	Калорийность-193, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-39
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	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-1 223, Белки-43, Жиры-36, Углеводы-191
Итого за день		Калорийность-1 860, Белки-72, Жиры-70, Углеводы-249

УТВЕРЖДАЮ:

АМИРОВА Н.Ю.

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

05.08.2022

(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
50	Печенье(50)	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-37
15	Масло сливочное порционно (15)	Калорийность-112, Жиры-1 238
15	Сыр порционный(15)	Калорийность-54, Белки-4, Жиры-4
50	Батон (50)	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26
Итого за Завтрак		Калорийность-685, Белки-24, Жиры-1 258, 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 для заморозки, масло сливочное, томат-паста, яйцо, мука пшеничная в/с, сахар-песок</small>	Калорийность-406, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-22
200	Компот из кураги <small>курага, 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
Итого за день		Калорийность-1 865, Белки-73, Жиры-1 300, Углеводы-