



УТВЕРЖДАЮ:

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

## (ЛДО старшие) 25.07.2022

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
250	<b>Каша "Дружба" (250)</b> <i>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., крупа рис, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок</i>	Калорийность-283, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-31
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., сахар-песок, кофейный напиток</i>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16
15	<b>Сыр порционный(15)</b>	Калорийность-54, Белки-4, Жиры-4
100	<b>Печенье(50)</b>	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-37
15	<b>Масло сливочное порционнo (15)</b>	Калорийность-112, Жиры-1 238
200	<b>Яблоки</b>	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
50	<b>Батон (50)</b>	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-697, Белки-15, Жиры-1 258, Углеводы-93
<b><u>Обед</u></b>		
100	<b>Винегрет овощной(100)</b> <i>огурцы консервированные, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, масло растительное</i>	Калорийность-130, Белки-1, Жиры-11, Углеводы-7
250	<b>Суп гороховый с</b> <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное</i>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15
100	<b>Котлета из филе кури (100)</b> <i>филе кур охлажденное, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., хлеб пшеничный</i>	Калорийность-189, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-9
200	<b>Капуста тушеная(200)</b> <i>капуста, томат-паста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар-песок, мука пшеничная в/с</i>	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-8
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага, сахар-песок</i>	Калорийность-81, Углеводы-20
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-822, Белки-32, Жиры-33, Углеводы-97
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 519, Белки-47, Жиры-1 291, Углеводы-