

УТВЕРЖДАЮ:

АМИРОВА Н.Ю.

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

02.06.2023

(ЛДО младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
205	Каша манная молочная жидкая <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., крупа манная, сахар-песок, масло сливочное</small>	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-32
200	Какао-напиток на молоке <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., сахар-песок, какао-порошок</small>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25
40	Яйцо куриное сваренное вкрутую <small>яйцо, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
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-797, Белки-23, Жиры-18, Углеводы-136
Обед		
100	Помидоры свежие(100)	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4
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
70/50	Гуляш из говядины <small>говядина дл крупный кусок (лопаточная часть) замороженная, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с</small>	Калорийность-297, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-4
250	Пюре картофельное (250) <small>картофель, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., масло сливочное</small>	Калорийность-230, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-27
200	Компот из кураги <small>курага, сахар-песок</small>	Калорийность-81, Углеводы-20
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-915, Белки-36, Жиры-38, Углеводы-104
Полдник		
200	Сок фруктовый	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-37
200	Ряженка	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8
30	Печенье	Калорийность-125, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22
200	Яблоки	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
Итого за Полдник		Калорийность-319, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-50
Итого за день		Калорийность-2 031, Белки-68, Жиры-66, Углеводы-290

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

УТВЕРЖДАЮ:

АМИРОВА Н.Ю.

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

02.06.2023

(ЛДО старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
250	Каша манная молочная жидкая(250) <i>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., крупа манная, сахар-песок, масло сливочное</i>	Калорийность-276, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-40
40	Яйцо куриное сваренное вкрутую <i>яйцо, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
200	Какао-напиток на молоке <i>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., сахар-песок, какао-порошок</i>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25
15	Масло сливочное порционно (15)	Калорийность-112, Жиры-1 238
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-964, Белки-25, Жиры-1 258, Углеводы-144
Обед		
100	Помидоры свежие(100)	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4
250	Борщ с капустой и картофелем (250) <i>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло растительное, сахар-песок</i>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11
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
250	Пюре картофельное (250) <i>картофель, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., масло сливочное</i>	Калорийность-230, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-27
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-1 149, Белки-43, Жиры-40, Углеводы-162
Полдник		
200	Сок фруктовый	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-37
200	Ряженка	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8
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-403, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-65
Итого за день		Калорийность-2 516, Белки-79, Жиры-1 310, Углеводы-