

УТВЕРЖДАЮ:

КУЗНЕЦОВА И.А

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

20.10.2023

(младшие проживающие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Запеканка из творога(150)	Калорийность-425, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-24
	<i>творог 5%, гост31453-2013, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., крупа манная, сахар-песок, масло сливочное,</i>	
30	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17
200	Какао-напиток на молоке	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25
	<i>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., сахар-песок, какао-порошок</i>	
10	Масло сливочное порционное(10)	Калорийность-75, Жиры-825
50	Батон (50)	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26
Итого за Завтрак		Калорийность-494, Белки-14, Жиры-834, Углеводы-70
<u>Второй завтрак</u>		
100	Яблоки	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
Итого за Второй завтрак		Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
<u>Обед</u>		
60	Огурец свежий порционный (60)	Калорийность-14, Белки-1
200	Суп - пюре из картофеля	Калорийность-141, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20
	<i>картофель, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., соль йодированная : пониженным содержанием натрия, масло сливочное, морковь, мука пшеничная в/с</i>	
90	Кнели из кури с рисом (90)	Калорийность-230, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-7
	<i>кура, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., крупа рис, масло сливочное</i>	
150	Капуста тушеная(150)	Калорийность-135, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20
	<i>капуста, томат-паста, морковь, лук репчатый, масло сливочное, сахар-песок, мука пшеничная в/с</i>	
200	Компот из изюма	Калорийность-81, Углеводы-20
	<i>изюм, сахар-песок</i>	
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-789, Белки-32, Жиры-26, Углеводы-105
Итого за день		Калорийность-1 377, Белки-47, Жиры-861, Углеводы-195

УТВЕРЖДАЮ:

КУЗНЕЦОВА И.А

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

20.10.2023

(старшие проживающие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	Запеканка из творога (200) <small>творог 5%, гост31453-2013, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., крупа манная, сахар-песок, масло сливочное,</small>	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	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
15	Масло сливочное порционно (15)	Калорийность-112, Жиры-1 238
70	Батон (70)	Калорийность-180, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-36
Итого за Завтрак		Калорийность-582, Белки-16, Жиры-1 247, Углеводы-80
<u>Второй завтрак</u>		
100	Яблоки	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
Итого за Второй завтрак		Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
<u>Обед</u>		
100	Огурец свежий порционный(100)	Калорийность-14, Белки-1
250	Суп - пюре из картофеля (250) <small>картофель, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, мука пшеничная в/с, масло сливочное</small>	Калорийность-176, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-25
90	Кнели из кури с рисом <small>кура, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.1л., крупа рис, масло сливочное</small>	Калорийность-256, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-7
200	Капуста тушеная(200) <small>капуста, томат-паста, морковь, лук репчатый, масло сливочное, сахар-песок, мука пшеничная в/с</small>	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-8
200	Компот из изюма <small>изюм, 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-841, Белки-37, Жиры-31, Углеводы-98
Итого за день		Калорийность-1 517, Белки-54, Жиры-1 279, Углеводы-