



УТВЕРЖДАЮ:

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

07.12.2023

## (старшие проживающие) День 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
205	<b>Каша геркулесовая молочная</b> <small>молоко 2,5% гост31450-2013, п.л.л., крупа геркулес, сахар-песок, масло сливочное</small>	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29
200	<b>Кофейный напиток с</b> <small>молоко 2,5% гост31450-2013, п.л.л., сахар-песок, кофейный напиток</small>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16
15	<b>Сыр порционный(15)</b>	Калорийность-54, Белки-4, Жиры-4
70	<b>Батон (70)</b>	Калорийность-180, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-36
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-541, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-81
<b><u>Второй завтрак</u></b>		
180	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-37
<b>Итого за Второй завтрак</b>		Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-37
<b><u>Обед</u></b>		
100	<b>Салат из свежей капусты с яблоком(100)</b> <small>капуста, яблоки, масло растительное, лимонная кислота</small>	Калорийность-120, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-6
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями (250)</b> <small>картофель, макаронные изделия, морковь, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло растительное</small>	Калорийность-111, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19
100	<b>Биточек рыбный (100)</b> <small>рыба (минтай), хлеб пшеничный, молоко 2,5% гост31450-2013, п.л.л., яйцо, масло сливочное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-113, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10
200	<b>Рис отварной (200)</b> <small>крупа рис, масло сливочное</small>	Калорийность-272, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-45
200	<b>Компот из плодов (яблоки, апельсины)</b> <small>апельсины, яблоки, сахар-песок</small>	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-22
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-897, Белки-31, Жиры-23, Углеводы-140
<b><u>Полдник</u></b>		
200	<b>Кисель плодово-ягодный</b> <small>кисель, сахар-песок</small>	Калорийность-116, Белки-1, Углеводы-29
60	<b>Ватрушка с повидлом (60)</b>	Калорийность-194, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-41
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-241, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-51
<b><u>Ужин</u></b>		
60	<b>огурец соленый (60)</b>	
200	<b>Пюре картофельное (200)</b> <small>картофель, молоко 2,5% гост31450-2013, п.л.л., масло сливочное</small>	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16
100	<b>Котлета из говядины(100)</b> <small>говядина – котлетное мясо дл замороженное, молоко 2,5% гост31450-2013, п.л.л., хлеб пшеничный, масло сливочное</small>	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-14
200	<b>Чай черный с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-60, Углеводы-15
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный (20)</b>	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-11
200	<b>Молоко кипяченое</b>	Калорийность-106, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-495, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-50
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2 266, Белки-80, Жиры-67, Углеводы-359



## (младшие проживающие) День 4

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак</b>		
205	<b>Каша геркулесовая молочная</b> <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., крупа геркулес, сахар-песок, масло сливочное</small>	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., сахар-песок, кофейный напиток</small>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16
10	<b>Сыр порционный(10)</b>	Калорийность-36, Белки-3, Жиры-3
50	<b>Батон (50)</b>	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-472, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-71
<b>Второй завтрак</b>		
180	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-37
<b>Итого за Второй завтрак</b>		Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-37
<b>Обед</b>		
60	<b>Салат из свежей капусты с яблоком(60)</b> <small>капуста, яблоки, масло растительное, лимонная кислота</small>	Калорийность-6, Белки-72, Жиры-1, Углеводы-4
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями (200)</b> <small>картофель, макаронные изделия, морковь, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло растительное</small>	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15
90	<b>Биточек рыбный (90)</b> <small>рыба (минтай), хлеб пшеничный, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., яйцо, масло сливочное</small>	Калорийность-102, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-9
150	<b>Рис отварной (150)</b> <small>крупа рис, масло сливочное</small>	Калорийность-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34
200	<b>Компот из плодов (яблоки, апельсины)</b> <small>апельсины, яблоки, сахар-песок</small>	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-22
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-683, Белки-100, Жиры-11, Углеводы-122
<b>Полдник</b>		
200	<b>Кисель плодово-ягодный</b> <small>кисель, сахар-песок</small>	Калорийность-116, Белки-1, Углеводы-29
60	<b>Ватрушка с повидлом (60)</b> <small>мука пшеничная выс. сорта, молоко ультрапастеризованное, яйцо, сахар-песок, масло сливочное, изюм, корица, ванилин, соль поваренная, растительное</small>	Калорийность-194, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-41
<b>Ужин</b>		
60	<b>огурец соленый (60)</b>	
90	<b>Котлета из говядины (90)</b> <small>говядина – котлетное мясо для замороженное, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., хлеб пшеничный, масло сливочное</small>	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-13
150	<b>Пюре картофельное (150)</b> <small>картофель, молоко 2,5% гост31450-2013, пл.л., масло сливочное</small>	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16
200	<b>Чай черный с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-60, Углеводы-15
40	<b>Хлеб белый пшеничный (20)</b>	Калорийность-186, Белки-6, Углеводы-42
200	<b>Молоко кипяченое</b>	Калорийность-106, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-609, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-80
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2 097, Белки-149, Жиры-52, Углеводы-361

**(старшие проживающие)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
205	<b>Каша геркулесовая молочная</b> <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пш.л., крупа геркулес, сахар-песок, масло сливочное</small>	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29
200	<b>Кофейный напиток с</b> <small>молоко 2,5% гост31450-2013, пш.л., сахар-песок, кофейный напиток</small>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16
15	<b>Сыр порционный(15)</b>	Калорийность-54, Белки-4, Жиры-4
70	<b>Батон (70)</b>	Калорийность-180, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-36
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-541, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-81
<b><u>Второй завтрак</u></b>		
180	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-37
<b>Итого за Второй завтрак</b>		Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-37
<b><u>Обед</u></b>		
100	<b>Салат из свежей капусты с яблоком(100)</b> <small>капуста, яблоки, масло растительное, лимонная кислота</small>	Калорийность-120, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-6
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями (250)</b> <small>картофель, макаронные изделия, морковь, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло растительное</small>	Калорийность-111, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19
100	<b>Биточек рыбный (100)</b> <small>рыба (минтай), хлеб пшеничный, молоко 2,5% гост31450-2013, пш.л., яйцо, масло сливочное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-113, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10
200	<b>Рис отварной (200)</b> <small>крупа рис, масло сливочное</small>	Калорийность-272, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-45
200	<b>Компот из плодов (яблоки, апельсины)</b> <small>апельсины, яблоки, сахар-песок</small>	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-22
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-897, Белки-31, Жиры-23, Углеводы-140
<b><u>Полдник</u></b>		
200	<b>Кисель плодово-ягодный</b> <small>кисель, сахар-песок</small>	Калорийность-116, Белки-1, Углеводы-29
60	<b>Ватрушка с повидлом (60)</b>	Калорийность-194, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-41
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-241, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-51
<b><u>Ужин</u></b>		
60	<b>огурец соленый (60)</b>	
200	<b>Пюре картофельное (200)</b> <small>картофель, молоко 2,5% гост31450-2013, пш.л., масло сливочное</small>	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16
100	<b>Котлета из говядины(100)</b> <small>говядина – котлетное мясо для замороженное, молоко 2,5% гост31450-2013, пш.л., хлеб пшеничный, масло сливочное</small>	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-14
200	<b>Чай черный с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-60, Углеводы-15
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный (20)</b>	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-11
200	<b>Молоко кипяченое</b>	Калорийность-106, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-495, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-50
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2 266, Белки-80, Жиры-67, Углеводы-359

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 4 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ  
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ» Г. ПЕРМИ**

г. Пермь

«07» декабря 2023г.

Комиссия в составе:

Поденьщикова Т.В., заведующий производством  
Яхина М.С., кладовщик  
Попова С.М., заместитель директора

составила настоящий акт о том, что произведена замена блюда в меню 4 –день  
„Омлет натуральный,, на „Каша геркулесовая,, и „Запеканка картофельная с  
мясом,, на „ Котлета из говядины с картофельным пюре,,

Причина: В связи с повышением цен, поставщик продукцию яйцо и мясо куры не  
поставляет.

Заведующий производством:



Т.В. Поденьщикова

Кладовщик:



М.С. Яхина

Заместитель директора:



С.М. Попова