

Школа

ОГКОУ «Школа-интернат № 87»

Дата 05.03.2025

| Прием пищи | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---|----------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Каша жидкая молочная из пшенной крупы | 210 | 285 | 8 | 12 | 37 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 100 | 3 | 3 | 16 |
| | Батон | 50/70 | 93 | 3 | 0 | 19 |
| | Масло порциями | 10 | 66 | 0 | 7 | 0 |
| | Сыр порциями | 20 | 72 | 5 | 6 | 0 |
| Завтрак 2 | Печенье | 20 | 156 | 1 | 7 | 21 |
| | Йогурт | 200 | 118 | 0 | 0 | 29 |
| | Груша | 150 | 70 | 0 | 0 | 1 |
| Обед | Сельдь с луком | 100 | 140 | 10 | 13 | 3 |
| | Рассольник ленинградский | 250 | 118 | 2 | 5 | 16 |
| | Запеканка картофельная с мясом с соусом | 200/30 | 451 | 24 | 27 | 30 |
| | Сок фруктовый | 200 | 85 | 1 | 0 | 20 |
| | Хлеб пшеничный | 40/60 | 93 | 3 | 0 | 19 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40/60 | 92 | 2 | 0 | 20 |
| Полдник | Омлет натуральный | 106 | 224 | 10 | 13 | 2 |
| | Чай с сахаром | 200 | 60 | 0 | 0 | 15 |
| | Батон | 20 | 47 | 2 | 0 | 10 |
| Ужин | Винегрет овощной | 100 | 75 | 0 | 6 | 5 |
| | Печень тушеная в соусе | 110 | 190 | 15 | 10 | 4 |
| | Каша рассыпчатая гречневая | 160 | 210 | 4 | 5 | 37 |
| | Чай с лимоном | 200 | 60 | 0 | 0 | 15 |
| | Хлеб пшеничный | 40/60 | 93 | 3 | 0 | 19 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40/60 | 92 | 2 | 0 | 20 |
| Ужин 2 | Молоко кипяченое | 200 | 80 | 4 | 4 | 7 |

Директор



Е.В. Пронина

Диетсестра

А.В. Паутова