

Школа

ОГКОУ «Школа-интернат № 87»

Дата 14.01.2025

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша вязкая молочная из риса и пшена	210	300	6	11	43
	Какао с молоком	200	118	4	4	1
	Батон	40	140	4	0	24
	Масло порциями	10	33	0	7	0
	Сыр порциями	20	72	5	6	0
Завтрак 2	Оладьи с молоком сгущ.	75/10	227	7	6	36
	Кисель из сока плодового	200	84	1	0	20
Обед	Салат из свеклы отварной	100	58	1	4	5
	Щи из свежей капусты с картоф. на м/к буль.	250	90	3	5	8
	Говядина тушеная в сметане	100	149	8	8	4
	Макар. изд. отварные с маслом	210	205	6	6	32
	Компот из смеси сухофруктов	200	132	1	0	32
	Хлеб пшеничный	40/60	140	4	0	24
	Хлеб ржаной	40/60	98	3	0	20
Полдник	Запеканка из творога с повидлом	100/20	413	17	12	58
	Чай без сахара	200	5	0	0	1
	Яблоко	180	67	1	1	1
Ужин	Рыба тушеная в томате с овощами	100	105	10	5	4
	Пюре картофельное	150	138	3	6	21
	Сок фруктовый	200	85	1	0	21
	Хлеб пшеничный	40/60	140	4	0	24
	Хлеб ржаной	40/60	98	3	0	20
Ужин 2	Ряженка	200	118	0	0	29

Директор



Е.В. Пронина

Диетсестра

А.В. Паутова