

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 24.04.2025

(Гарькина)

Согласовано
Директор школы № 118



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционно	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Картофель отварной	180	138	3,5	5,7	18,4	1,8
Огурцы свежие (доп. гарнир)	55	8	0,4	0,1	1,4	0,1
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон, обогащенный йодоказеином	29	70	2,0	0,7	14,5	1,5
Стоимость рациона	91,33	368	8,9	17,2	45,3	4,5

(Давыдов)

Обед старшекласника						
Щи из свежей капусты с картофелем, с говядиной тушеной, зеленью	265	92	3,8	5,0	7,8	0,8
Тефтели мясные в соусе	100/50	264	13,8	16,6	15,0	1,5
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Огурцы свежие (доп. гарнир)	35	5	0,3	0,0	0,9	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	109,60	628	26,4	27,7	68,1	6,8

(Злобина)

Завтрак старшекласника						
Мясо отварное	30	56	7,3	3,1	0,0	0,0
Картофель отварной	150	117	2,9	4,9	15,5	1,6
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	175	10,4	8,1	15,6	1,6

Инженер-технолог
Егорова Т.А.

Калькулятор
Филиппова У.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.