

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 08.11.2024

Согласовано  
Директор школы 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшекласника</b>						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Индейка с булгуром	200	350	12,8	15,5	39,8	4,0
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>570</b>	<b>15,5</b>	<b>27,4</b>	<b>65,2</b>	<b>6,5</b>

(Давыдов)

<b>Обед старшекласника</b>						
Бульон с куриным филе, зеленью	30/250	44	9,0	0,6	0,2	0,0
Филе куриное отварное	100	144	30,9	2,0	0,5	0,0
Вермишель отварная	180	229	6,9	6,7	35,4	3,0
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	46	98	3,3	0,6	19,9	0,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>517</b>	<b>50,3</b>	<b>10,0</b>	<b>56,1</b>	<b>3,9</b>

(Злобина)

<b>Завтрак старшекласника</b>						
Сыр порционно	25	89	5,8	7,3	0,0	0,0
Индейка с булгуром	200	350	12,8	15,5	39,8	4,0
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>490</b>	<b>19,2</b>	<b>23,3</b>	<b>50,7</b>	<b>5,1</b>

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.