

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 16.01.2025

Согласовано

Директор школы №118



(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Курица с булгуром	200	305	13,6	10,0	40,2	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	50	140	4,0	1,0	28,6	2,9
Стоимость рациона	91,33	595	18,3	22,4	79,9	8,0

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, зеленью	270	109	3,8	5,8	9,8	1,0
Котлета рыбная	100	208	13,0	10,5	15,5	1,6
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	27	57	1,9	0,3	11,7	1,2
Стоимость рациона	109,60	506	22,7	23,0	51,6	5,2

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Сыр порционно	21	74	4,8	6,1	0,0	0,0
Курица с булгуром	200	305	13,6	10,0	40,2	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
Стоимость рациона	91,33	430	19,0	16,6	51,1	5,1

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