

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 15.10.2024

Согласовано

Директор школа 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Сыр порционно	20	71	4,6	5,8	0,0	0,0
Мясо отварное	35	66	8,5	3,5	0,0	0,0
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	2,8
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,5
Стоимость рациона	109,60	446	20,2	17,5	51,5	4,3


(Давыдов)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Обед старшеклассника						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127	8,8	4,1	14,5	1,2
Филе куриное отварное	80	114	24,6	1,6	0,2	0,0
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	2,8
Огурцы свежие (доп. гарнир)	65	9	0,5	0,1	1,5	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55	1,9	0,3	11,2	0,9
Стоимость рациона	109,60	519	42,5	11,9	61,0	5,1

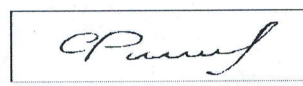
(Злобина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Обед 1-4 кл Указ Президента						
Митболлы в томатном соусе	100/50	267	18,5	16,8	10,4	0,9
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	2,8
Огурцы свежие (доп. гарнир)	35	5	0,2	0,0	0,9	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	109,60	494	23,3	24,4	45,1	3,8

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.