

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 25.09.2024

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                 | 10            | 66                 | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0,0                                  |
| Жаркое с индейкой               | 200           | 224                | 14,4        | 10,9        | 17,0        | 1,4                                  |
| 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                                  |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 24            | 58                 | 1,7         | 0,6         | 12,0        | 1,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>        | <b>109,60</b> | <b>355</b>         | <b>16,6</b> | <b>18,9</b> | <b>30,1</b> | <b>2,5</b>                           |

(Давыдов)

| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Обед старшекласника</b>                    |               |                    |             |             |             |                                      |
| Борщ Краснодарский с мясом, сметаной, зеленью | 10/260        | 114                | 4,5         | 5,2         | 12,3        | 1,0                                  |
| Митболлы в томатном соусе                     | 100/50        | 267                | 18,5        | 16,8        | 10,4        | 0,9                                  |
| Вермишель отварная                            | 180           | 229                | 6,9         | 6,7         | 35,4        | 3,0                                  |
| Напиток из плодов шиповника без сахара        | 200           | 44                 | 0,7         | 0,3         | 9,7         | 0,8                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами              | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>109,60</b> | <b>707</b>         | <b>32,4</b> | <b>29,3</b> | <b>78,6</b> | <b>6,6</b>                           |

(Каманин)

| Наименование блюда                  | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>  |               |                    |             |             |             |                                      |
| Борщ Краснодарский с мясом, зеленью | 10/250        | 106                | 4,4         | 4,5         | 12,0        | 1,0                                  |
| Мясо отварное                       | 40            | 75                 | 9,7         | 4,0         | 0,0         | 0,0                                  |
| Вермишель отварная                  | 150           | 191                | 5,7         | 5,6         | 29,5        | 2,5                                  |
| Огурцы свежие (доп. гарнир)         | 40            | 6                  | 0,3         | 0,0         | 1,0         | 0,1                                  |
| Напиток из плодов шиповника         | 200           | 104                | 0,7         | 0,3         | 24,6        | 2,1                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами    | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 0,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>109,60</b> | <b>535</b>         | <b>22,6</b> | <b>14,7</b> | <b>77,9</b> | <b>6,5</b>                           |