

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 27.09.2024

Согласовано
Директор школы 118 *Жукова*

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Бифштекс домашний	90	217	8,1	13,4	15,9	1,3
Пюре из картофеля и цветной капусты	180	166	3,9	6,6	22,6	1,9
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон, обогащенный йодоказеином	15	36	1,1	0,4	7,5	0,6
Стоимость рациона	109,60	487	13,4	27,8	46,2	3,9

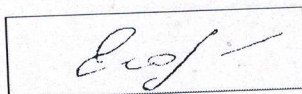
(Давыдов)

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 отварная	100	144	30,9	2,0	0,5	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
Хлеб полезный с микронутриентами	16	34	1,2	0,2	6,9	0,9
Стоимость рациона	109,60	527	45,5	13,9	55,7	5,0

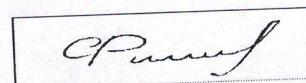
(Каманин)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Обед 1-4 кл Указ Президента						
Суп картофельный с мясом, зеленью	10/250	108	4,5	4,0	13,5	1,1
Филе куриное отварное	80	114	24,6	1,6	0,2	0,0
Рис отварной	150	226	3,6	7,5	28,4	2,4
Огурцы свежие (доп. гарнир)	55	8	0,4	0,1	1,4	0,1
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	0,9
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	0,9
Стоимость рациона	109,60	599	35,5	14,0	75,2	6,3

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.