

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 30.09.2024

Согласовано
Директор школа 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Мясо отварное	35	66	8,5	3,5	0,0	0,0
Картофель отварной	150	117	2,9	4,9	15,5	1,3
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	84	2,4	0,6	17,2	1,4
Стоимость рациона	109,60	269	14,0	9,1	32,8	2,7

(Давыдов)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Обед старшеклассника						
Суп сырный с зеленью	250	94	2,4	4,9	10,0	0,8
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	3,7
Помидоры свежие (доп. гарнир)	35	9	0,4	0,1	1,3	0,1
Компот из яблок без сахара	200	18	0,2	0,2	3,9	0,3
Хлеб полезный с микронутриентами	28	59	2,0	0,3	12,1	0,9
Стоимость рациона	109,60	597	23,4	22,9	74,2	6,1

(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 зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Мясо отварное	50	94	12,1	5,1	0,0	0,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	248	8,5	7,3	37,0	3,1
Огурцы свежие (доп. гарнир)	40	6	0,3	0,0	1,0	0,1
Компот из яблок	200	58	0,2	0,2	13,9	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	27	57	1,9	0,3	11,7	1,0
Стоимость рациона	109,60	641	27,0	18,5	91,9	7,7

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.