

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 02.04.2025

Согласовано
Директор школа 118

(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
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,5
Помидоры свежие (доп. гарнир)	30	6	0,3	0,1	1,1	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	27	76	2,2	0,5	15,4	1,5
Стоимость рациона	91,33	416	21,4	27,2	21,3	2,1

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Бульон с куриным филе, зеленью	30/250	44	9,0	0,6	0,2	0,0
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	109,60	516	29,4	18,4	58,0	5,8

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,5
Помидоры свежие (доп. гарнир)	35	9	0,4	0,1	1,3	0,1
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	326	19,6	19,8	16,8	1,7

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.