

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 03.12.2024

Согласовано
Директор школа 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Сыр порционно	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,8	1,5
Стоимость рациона	91,33	456	16,5	15,6	62,8	6,3

(Давыдов)

Обед старшекласника						
Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	260	172	10,1	4,3	23,1	2,3
Филе куриное отварное	70	99	21,5	1,4	0,2	0,0
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	22	47	1,6	0,3	9,5	1,0
Стоимость рациона	109,60	498	38,8	11,0	60,8	6,1

(Злобина)

Завтрак старшекласника						
Сыр порционно	20	71	4,6	5,8	0,0	0,0
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Помидоры свежие (доп. гарнир)	25	5	0,3	0,1	0,9	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	378	16,7	17,7	38,1	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.