

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 04.02.2025

Согласовано
Директор школы 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
Мясо отварное	30	56	7,3	3,1	0,0	0,0
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	18	50	1,4	0,4	10,3	1,0
Стоимость рациона	91,33	359	12,7	17,2	39,0	3,9

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127	8,8	4,1	14,5	1,5
Филе куриное отварное	60	85	18,5	1,2	0,1	0,0
Рожки отварные	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	32	68	2,3	0,4	13,8	1,4
Стоимость рациона	109,60	511	36,7	12,5	63,9	6,4

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Сыр порционно	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Филе куриное отварное	60	85	18,5	1,2	0,1	0,0
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	342	25,4	11,7	33,9	3,4

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.