

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 04.04.2025

(Гарькина)

Согласовано
Директор школы 118

| 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 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 224 | 9,0 | 11,7 | 20,5 | 2,1 |
| Чай без сахара | 200 | 2 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 0,0 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 28 | 78 | 2,2 | 0,6 | 16,0 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 370 | 11,5 | 19,7 | 36,7 | 3,7 |

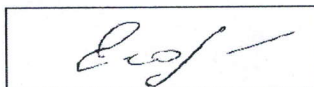
(Давыдов)

| | | | | | | |
|---|---------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| Обед старшеклассника | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем, с говядиной тушеной, зеленью | 260 | 82 | 3,1 | 4,2 | 7,8 | 0,8 |
| Филе куриное панированное | 100 | 296 | 24,0 | 16,7 | 12,4 | 1,2 |
| 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 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 653 | 33,5 | 28,8 | 64,8 | 6,5 |

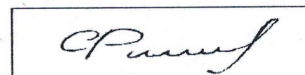
(Злобина)

| | | | | | | |
|--------------------------------|--------------|------------|------------|-------------|-------------|------------|
| Завтрак старшеклассника | | | | | | |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 224 | 9,0 | 11,7 | 20,5 | 2,1 |
| 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 | 275 | 9,6 | 12,2 | 31,4 | 3,1 |

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.