

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 05.12.2024

(Гарькина)

Согласовано
Директор школы 118

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Гуляш из говядины	100	105	8,0	6,6	3,3	0,3
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
Стоимость рациона	91,33	402	15,2	20,7	38,9	3,9

(Давыдов)

Обед старшекласника						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	10/250	111	4,8	4,0	14,0	1,4
Рыба припущенная	85	68	15,5	0,5	0,6	0,1
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	17	36	1,2	0,2	7,3	0,7
Стоимость рациона	109,60	347	25,5	11,1	36,5	3,7

(Злобина)

Завтрак старшекласника						
Гуляш из говядины	100	105	8,0	6,6	3,3	0,3
Картофель отварной	180	138	3,5	5,7	18,4	1,8
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	245	11,7	12,4	21,8	2,2

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.