

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 07.11.2024

Согласовано
Директор школы 118

(Гарькина)



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
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	91,33	472	17,2	21,2	53,2	5,3

(Давыдов)

Обед старшекласника						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	10/250	111	4,8	4,0	14,0	1,4
Ёжики "Аппетитные"	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Капуста квашеная (доп. гарнир)	50	19	0,9	0,1	3,6	0,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	30	64	2,2	0,4	13,0	1,3
Стоимость рациона	109,60	528	23,2	22,7	58,1	5,8

(Злобина)

Завтрак старшекласника						
Гуляш из говядины	100	105	8,0	6,6	3,3	0,3
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Помидоры свежие (доп. гарнир)	40	9	0,4	0,1	1,5	0,2
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	336	13,0	14,3	38,6	3,9

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.