

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 10.03.2025

Согласовано
Директор школы 118



(Гарькина, Злобина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Мясо отварное	30	56	7,3	3,1	0,0	0,0
Картофель отварной	150	117	2,9	4,9	15,5	1,6
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	175	10,4	8,1	15,6	1,6

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Суп сырный с гренками, зеленью	250/15	173	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	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	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	109,60	527	21,7	20,2	64,4	6,4

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.