

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 11.03.2025

Согласовано

Директор школы 118

(Гарькина)



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшеклассника</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Жаркое с курицей	200	207	10,5	9,9	18,8	1,9
Капуста квашеная (доп.гарнир)	60	23	1,1	0,1	4,3	0,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон, обогащенный йодоказеином	30	72	2,1	0,8	15,0	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>370</b>	<b>14,0</b>	<b>18,2</b>	<b>38,3</b>	<b>3,8</b>

(Давыдов)

<b>Обед старшеклассника</b>						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Рыба припущенная	70	56	12,8	0,4	0,5	0,1
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	32	68	2,3	0,4	13,8	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>442</b>	<b>22,0</b>	<b>11,4</b>	<b>59,8</b>	<b>6,0</b>

(Злобина)

<b>Завтрак старшеклассника</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Жаркое с курицей	200	207	10,5	9,9	18,8	1,9
Капуста квашеная (доп.гарнир)	85	32	1,5	0,1	6,2	0,6
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>307</b>	<b>12,3</b>	<b>17,4</b>	<b>25,2</b>	<b>2,5</b>

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.