

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 12.11.2024

Согласовано
Директор школы 18

(Гарькина)



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон, обогащенный йодоказеином	41	98	2,9	1,0	20,5	2,1
Стоимость рациона	109,60	499	14,8	23,7	57,9	5,8

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	10/250	111	4,8	4,0	14,0	1,4
Рыба припущенная	70	56	12,8	0,4	0,5	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	31	66	2,2	0,4	13,4	1,3
Стоимость рациона	109,60	365	23,8	11,2	42,5	4,3

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Сыр порционно	30	109	6,9	8,5	0,0	0,0
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	411	18,7	20,3	37,2	3,7

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.