

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 13.01.2025

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>						
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
Батон витаминный с микронутриентами	13	36	0,9	0,3	13,2	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>211</b>	<b>11,3</b>	<b>8,4</b>	<b>28,8</b>	<b>2,9</b>

(Давыдов)

<b>Обед старшеклассника</b>						
Суп сырный с зеленью	250	94	2,4	4,9	10,0	1,0
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>566</b>	<b>22,8</b>	<b>22,7</b>	<b>67,8</b>	<b>6,8</b>

(Злобина)

<b>Завтрак старшеклассника</b>						
Мясо отварное	35	66	8,5	3,5	0,0	0,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>364</b>	<b>18,9</b>	<b>12,4</b>	<b>44,2</b>	<b>4,4</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.