

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 13.11.2024

Согласовано  
Директор школы 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшекласника</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Бефстроганов из индейки в сырном соусе	100	161	13,2	10,6	3,3	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
Батон, обогащенный йодоказеином	19	46	1,3	0,5	9,5	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>571</b>	<b>25,0</b>	<b>27,3</b>	<b>57,1</b>	<b>5,7</b>

(Давыдов)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Обед старшекласника</b>						
Борщ "Сибирский" с мясом, со сметаной, зеленью	270	101	4,2	5,2	9,3	0,9
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Капуста квашеная (доп. гарнир)	25	10	0,5	0,0	1,8	0,2
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55	1,9	0,3	11,2	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>595</b>	<b>27,5</b>	<b>23,6</b>	<b>67,9</b>	<b>6,8</b>

(Злобина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшекласника</b>						
Сыр порционно	19	67	4,4	5,5	0,0	0,0
Бефстроганов из индейки в сырном соусе	100	161	13,2	10,6	3,3	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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>526</b>	<b>28,0</b>	<b>25,0</b>	<b>47,5</b>	<b>4,8</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.