

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 14.01.2025

Согласовано
Директор школа 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Сыр порционно	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Мясо отварное	30	56	7,3	3,1	0,0	0,0
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	21	59	1,7	0,4	12,0	1,2
Стоимость рациона	91,33	337	15,2	12,8	40,6	4,1

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127	8,8	4,1	14,5	1,5
Филе куриное отварное	70	99	21,5	1,4	0,2	0,0
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	459	37,7	10,8	53,5	5,4

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Сыр порционно	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Филе куриное отварное	70	99	21,5	1,4	0,2	0,0
Рис отварной	165	204	4,1	6,9	21,4	2,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	340	28,1	11,3	21,7	2,2

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.