

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 14.02.2025

Согласовано
Директор школы № 118



(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Плов из филе куриного	200	384	18,6	10,4	41,7	4,2
Икра кабачковая	30	23	0,3	1,4	2,3	0,2
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	91,33	572	21,0	20,1	65,0	6,5

(Давыдов)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Обед старшеклассника						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	111	4,8	4,0	14,0	1,4
Печень по-строгановски	100	179	13,7	10,5	7,5	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
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	690	31,1	24,1	87,3	8,7

(Злобина)

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
Плов из филе куриного	200	384	18,6	10,4	41,7	4,2
Икра кабачковая	50	39	0,6	2,4	3,9	0,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	509	22,1	16,2	56,5	5,7

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.