

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 15.01.2025

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
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,5
Горошек зелёный консервированный	30	12	0,9	0,1	2,0	0,2
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
Стоимость рациона	91,33	447	22,7	27,4	27,4	2,7

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Бульон с куриным филе, зеленью	30/250	44	9,0	0,6	0,2	0,0
Жаркое по-домашнему	200	226	10,1	12,0	19,3	1,9
Горошек зелёный консервированный	15	6	0,5	0,1	1,0	0,1
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	331	21,6	13,1	31,4	3,1

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Сыр порционно	12	43	2,8	3,5	0,0	0,0
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,5
Горошек зелёный консервированный	30	12	0,9	0,1	2,0	0,2
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	323	22,5	22,9	6,7	0,7

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.