

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 16.12.2024

Согласовано
Директор школы 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
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
Стоимость рациона	91,33	211	11,3	8,4	28,8	2,9

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
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	53	112	3,8	0,6	22,9	2,3
Стоимость рациона	109,60	625	24,8	23,0	79,9	8,0

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
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
Стоимость рациона	91,33	364	18,9	12,4	44,2	4,4

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.