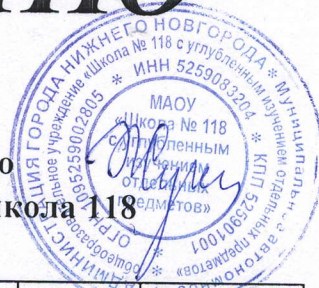


ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 17.01.2025

Согласовано
Директор школы №118



(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Бифштекс домашний	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	91,33	550	17,2	20,1	74,6	7,5

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Щи из свежей капусты с картофелем, с говядиной тушеной, зеленью	260	82	3,1	4,2	7,8	0,8
Филе бедра индейки отварное	55	121	10,0	9,0	0,3	0,0
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
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
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	109,60	537	21,2	21,5	64,7	6,5

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Бифштекс домашний	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
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	488	13,1	21,4	60,5	6,1

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.