

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 17.12.2024

Согласовано  
Директор школа 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшеклассника</b>						
Сыр порционно	20	71	4,6	5,8	0,0	0,0
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>443</b>	<b>18,4</b>	<b>18,1</b>	<b>51,5</b>	<b>5,2</b>

(Давыдов)

<b>Обед старшеклассника</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127	8,8	4,1	14,5	1,5
Филе куриное отварное	80	114	24,6	1,6	0,2	0,0
Вермишель отварная	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	20	42	1,4	0,2	8,6	0,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>463</b>	<b>40,4</b>	<b>10,9</b>	<b>51,3</b>	<b>5,1</b>

(Злобина)

<b>Завтрак старшеклассника</b>						
Сыр порционно	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Помидоры свежие (доп. гарнир)	50	12	0,6	0,1	2,0	0,2
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>349</b>	<b>14,7</b>	<b>14,8</b>	<b>39,2</b>	<b>3,9</b>

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.