

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 18.12.2024

(Гарькина)

Согласовано
Директор школы 118

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционнно	15	53	3,5	4,4	0,0	0,0
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,5
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,8
Стоимость рациона	91,33	474	24,9	31,6	22,5	2,3

(Давыдов)

Обед старшекласника						
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
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	374	21,5	13,4	41,2	4,1

(Злобина)

Завтрак старшекласника						
Сыр порционнно	20	71	4,6	5,8	0,0	0,0
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,5
Огурцы свежие (доп. гарнир)	30	4	0,3	0,0	0,8	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	343	23,7	25,1	5,5	0,5

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.