

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 19.11.2024

Согласовано

Директор школа 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
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
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	23	64	1,8	0,5	13,2	1,3
Стоимость рациона	91,33	450	16,3	15,6	61,2	6,1

(Давыдов)

Обед старшекласника						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127	8,8	4,1	14,5	1,5
Филе куриное отварное	70	99	21,5	1,4	0,2	0,0
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
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	109,60	542	39,2	12,0	69,9	7,0

(Злобина)

Завтрак старшекласника						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Помидоры свежие (доп. гарнир)	25	5	0,3	0,1	0,9	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	406	12,2	22,8	38,3	3,8

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.