ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 20.02.2025

Согласовано
Директор школа 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Филе куриное с булгуром	200	326	20,9	10,7	36,5	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	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона 91,33		***546***	***23,6***	***22,6***	***61,9***	***6,2***

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, зеленью	270	109	3,8	5,8	9,8	1,0
Котлета рыбная	100	208	13,0	10,5	15,5	1,6
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
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		***502***	***22,6***	***23,0***	***50,7***	***5,1***

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Сыр порционно	20	71	4,6	5,8	0,0	0,0
Филе куриное с булгуром	200	326	20,9	10,7	36,5	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
Стоимость рациона 91,33		***448***	***26,1***	***17,0***	***47,4***	***4,7***

Инженер-технолог

Егорова Т.А.

Калькулятор

Филиппова У.А.

* - информация о количестве хлеоных единиц в олюде сформирована расчетным методом. Лаооратурные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде