

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 21.01.2025

Согласовано

Директор школы №18

(Гарькина) 58



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	156	16,3	7,8	3,0	0,3
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, обогащенный йодоказеином	71	170	5,0	1,8	35,5	3,6
Стоимость рациона	91,33	548	25,9	17,2	72,3	7,2

(Давыдов) 70

Обед старшекласника						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Рыба припущенная	60	48	10,9	0,3	0,4	0,0
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	329	19,0	10,0	37,5	3,8

(Злобина) 8

Завтрак старшекласника						
Сыр порционнo	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	156	16,3	7,8	3,0	0,3
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
Стоимость рациона	91,33	413	23,2	18,3	36,8	3,7

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.