

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 26.02.2025

Согласовано
Директор школы 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
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
Батон, обогащенный йодоказеином	15	36	1,1	0,4	7,5	0,8
Стоимость рациона	91,33	403	15,0	21,3	38,4	3,8

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Борщ сибирский с говядиной тушеной, сметаной и зеленью	270	119	5,0	6,4	10,2	1,0
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
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	668	31,0	26,9	75,3	7,5

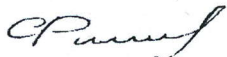
(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Сыр порционно	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	454	20,9	20,4	47,0	4,7

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.