

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 26.12.2024

Согласовано
Директор школы 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Филе куриное отварное	75	108	23,0	1,5	0,4	0,0
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	42	101	2,9	1,1	21,0	2,1
Стоимость рациона	91,33	431	30,5	10,2	55,2	5,5

(Давыдов)

Обед старшекласника						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	260	78	4,0	3,9	6,9	0,7
Филе куриное панированное	100	296	24,0	16,7	12,4	1,2
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	559	33,8	27,3	44,7	4,5

(Злобина)

Завтрак старшекласника						
Филе куриное отварное	65	93	20,1	1,3	0,3	0,0
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Огурцы свежие (доп. гарнир)	50	7	0,4	0,1	1,3	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	322	25,1	9,0	35,4	3,5

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 26.12.2024

Согласовано
Директор школы 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Филе куриное отварное	75	108	23,0	1,5	0,4	0,0
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	42	101	2,9	1,1	21,0	2,1
Стоимость рациона	91,33	431	30,5	10,2	55,2	5,5

(Давыдов)

Обед старшекласника						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	260	78	4,0	3,9	6,9	0,7
Филе куриное панированное	100	296	24,0	16,7	12,4	1,2
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	559	33,8	27,3	44,7	4,5

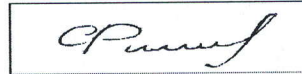
(Злобина)

Завтрак старшекласника						
Филе куриное отварное	65	93	20,1	1,3	0,3	0,0
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Огурцы свежие (доп. гарнир)	50	7	0,4	0,1	1,3	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	322	25,1	9,0	35,4	3,5

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.