

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 27.11.2024

Согласовано
Директор школы 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Бефстроганов из индейки в сырном соусе	100	161	13,2	10,6	3,3	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
Батон, обогащенный йодоказеином	11	26	0,8	0,3	5,5	0,6
Стоимость рациона	91,33	551	24,5	27,1	53,1	5,3

(Давыдов)

Обед старшекласника						
Борщ сибирский с говядиной тушеной, сметаной и зеленью	280	126	5,1	7,2	10,3	1,0
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Капуста квашеная (доп. гарнир)	50	19	0,9	0,1	3,6	0,4
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	627	28,7	25,7	70,3	7,0

(Злобина)

Завтрак старшекласника						
Сыр порционно	17	60	3,9	4,9	0,0	0,0
Бефстроганов из индейки в сырном соусе	100	161	13,2	10,6	3,3	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	519	27,5	24,4	47,5	4,8

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.