

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 27.12.2024

Согласовано
Директор школа 118

(Гарькина)



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Бифштекс домашний	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
Рожки отварные	200	236	7,2	6,3	37,2	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, обогащенный йодоказеином	38	91	2,7	1,0	19,0	1,9
Стоимость рациона	91,33	595	18,6	21,2	83,0	8,3

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью	270	152	5,4	6,7	17,4	1,7
Жаркое по-домашнему	200	226	10,1	12,0	19,3	1,9
Капуста квашеная (доп.гарнир)	45	17	0,8	0,1	3,2	0,3
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	450	18,3	19,2	50,8	5,1

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Биточки «Школьные»	100	257	16,5	17,1	9,3	0,9
Картофель отварной	150	117	2,9	4,9	15,5	1,6
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	425	20,0	22,5	35,7	3,6

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.