

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 29.11.2024

Согласовано
Директор школы 118

(Гарькина)



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
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	35	98	2,8	0,7	20,0	2,0
Стоимость рациона	91,33	602	18,7	20,9	84,0	8,4

(Давыдов)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Обед старшекласника						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Жаркое по-домашнему	200	226	10,1	12,0	19,3	1,9
Капуста квашеная (доп. гарнир)	85	32	1,5	0,1	6,2	0,6
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	27	57	1,9	0,3	11,7	1,2
Стоимость рациона	109,60	413	16,0	15,5	49,0	4,9

(Злобина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
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.