

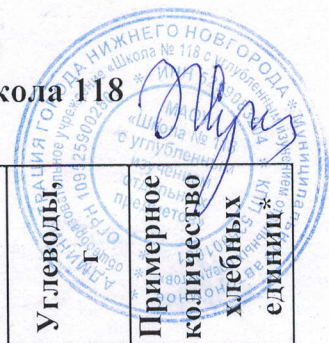
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 30.01.2025

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 | 15 | 99 | 0,1 | 10,9 | 0,2 | 0,0 |
| Курица с булгуром | 200 | 305 | 13,6 | 10,0 | 40,2 | 4,0 |
| 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 витаминный с микронутриентами | 25 | 70 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 525 | 16,3 | 21,9 | 65,6 | 6,6 |

(Давыдов)

| | | | | | | |
|--|---------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| Обед старшеклассника | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью | 270 | 107 | 4,0 | 5,7 | 10,0 | 1,0 |
| Котлета рыбная | 100 | 208 | 13,0 | 10,5 | 15,5 | 1,6 |
| 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 | 54 | 115 | 3,9 | 0,6 | 23,3 | 2,3 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 562 | 24,9 | 23,2 | 63,4 | 6,3 |

(Злобина)

| | | | | | | |
|--------------------------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| Завтрак старшеклассника | | | | | | |
| Сыр порционно | 20 | 71 | 4,6 | 5,8 | 0,0 | 0,0 |
| Курица с булгуром | 200 | 305 | 13,6 | 10,0 | 40,2 | 4,0 |
| 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 | 427 | 18,8 | 16,3 | 51,1 | 5,1 |

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.