

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 24.10.2024

(Гарькина)

Согласовано  
Директор школы 118



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшеклассника</b>						
Митболлы в томатном соусе	100/50	267	18,5	16,8	10,4	1,0
Картофель отварной	180	138	3,5	5,7	18,4	1,8
Батон, обогащенный йодоказеином	13	31	0,9	0,3	6,5	0,7
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>438</b>	<b>23,1</b>	<b>22,9</b>	<b>35,4</b>	<b>3,5</b>

(Давыдов)

<b>Обед старшеклассника</b>						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Жаркое по-домашнему	200	215	13,3	9,4	19,2	1,9
Огурцы свежие (доп. гарнир)	70	10	0,6	0,1	1,8	0,2
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>376</b>	<b>18,2</b>	<b>12,9</b>	<b>43,6</b>	<b>4,4</b>

(Злобина)

<b>Завтрак старшеклассника</b>						
Митболлы в томатном соусе	100/50	267	18,5	16,8	10,4	1,0
Булгур отварной	180	259	4,4	7,6	34,2	3,4
Огурцы свежие (доп. гарнир)	25	4	0,2	0,0	0,7	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>532</b>	<b>23,3</b>	<b>24,5</b>	<b>45,4</b>	<b>4,5</b>

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.