

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 05.05.2025

(Гарькина)

Согласовано

Директор школы 118

Жукова

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, 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
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
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	634	20,9	23,2	85,2	8,5

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Суп с вермишелью, говядиной тушеной, зеленью	270	138	5,2	5,9	15,8	1,6
Бифштекс домашний	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
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	755	25,9	28,9	97,5	9,8

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Филе куриное отварное	75	108	23,0	1,5	0,4	0,0
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	406	33,4	10,4	44,6	4,5

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.