

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 10.10.2024

Согласовано
Директор школы №118



(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Митболлы в томатном соусе	100/50	267	18,5	16,8	10,4	0,9
Картофель отварной	180	138	3,5	5,7	18,4	1,5
Батон, обогащенный йодоказеином	22	53	1,5	0,6	11,0	0,9
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	109,60	460	23,7	23,2	39,9	3,3

(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	1,0
Жаркое по-домашнему	200	215	13,3	9,4	19,2	1,6
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	0,9
Стоимость рациона	109,60	376	18,2	12,9	43,6	3,6

(Злобина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Митболлы в томатном соусе	100/50	267	18,5	16,8	10,4	0,9
Булгур отварной	180	259	4,4	7,6	34,2	2,9
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
Стоимость рациона	91,33	532	23,3	24,5	45,4	3,8

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.