

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 17.04.2025

Согласовано

Директор школа 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Тефтели мясные в соусе	100/50	264	13,8	16,6	15,0	1,5
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон витаминный с микронутриентами	47	132	3,8	0,9	26,9	2,7
Стоимость рациона	91,33	610	24,3	23,3	75,5	7,6

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Борщ сибирский с говядиной тушеной, сметаной и зеленью	270	119	5,0	6,4	10,2	1,0
Котлета рыбная	100	208	13,0	10,5	15,5	1,6
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
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
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
Стоимость рациона	109,60	703	27,3	25,5	90,9	9,1

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Сыр порционно	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Филе куриное отварное	50	71	15,4	1,0	0,1	0,0
Картофель отварной	150	117	2,9	4,9	15,5	1,6
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	91,33	225	20,8	8,9	15,7	1,6

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.