

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 22.04.2025

Согласовано

Директор школа 118

(Гарькина)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Филе куриное отварное	60	85	18,5	1,2	0,1	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
Батон, обогащенный йодоказеином	19	46	1,3	0,5	9,5	1,0
Стоимость рациона	91,33	495	30,3	17,9	53,9	5,4

(Давыдов)

Обед старшеклассника						
Бульон с куриным филе, зеленью	30/250	44	9,0	0,6	0,2	0,0
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	31	66	2,2	0,4	13,4	1,3
Стоимость рациона	109,60	540	28,8	19,1	62,9	6,3

(Злобина)

Завтрак старшеклассника						
Сыр порционно	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Курица с булгуром	200	305	13,6	10,0	40,2	4,0
Огурцы свежие (доп. гарнир)	50	7	0,4	0,1	1,3	0,1
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	398	16,9	13,4	52,4	5,2

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.