

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 02.10.2024

Согласовано

Директор школы 118

(Гарькина)



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Завтрак старшеклассника</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционно	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,4
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	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>501</b>	<b>25,0</b>	<b>30,4</b>	<b>31,7</b>	<b>2,6</b>

(Давыдов)

<b>Обед старшеклассника</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/260	101	4,2	5,2	9,3	0,8
Жаркое по-домашнему	200	226	10,1	12,0	19,3	1,6
Огурцы свежие (доп. гарнир)	65	9	0,5	0,1	1,5	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	28	59	2,0	0,3	12,1	0,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>397</b>	<b>17,0</b>	<b>17,7</b>	<b>42,3</b>	<b>3,4</b>

(Каманин)

<b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, зеленью	10/250	86	4,0	3,8	9,1	0,8
Жаркое по-домашнему	200	226	10,1	12,0	19,3	1,6
Огурцы свежие (доп. гарнир)	95	14	0,7	0,1	2,3	0,2
Яблоко	1шт	58	0,5	0,5	12,7	1,1
Напиток из плодов шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	0,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>611</b>	<b>19,8</b>	<b>17,5</b>	<b>93,1</b>	<b>7,8</b>

Инженер-технолог  
Егорова Т.А.

Калькулятор  
Филиппова У.А.