

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 01.10.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Гуляш из говядины (30/70)	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
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	42	89	3,4	0,5	18,1	1,8
Стоимость рациона	96,63	531	16,3	27,6	54,9	5,5

Обед старшеклассника						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	112	6,8	6,2	7,0	0,7
Котлета куриная	100	229	20,2	9,0	16,8	1,7
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	20	5	0,2	0,1	0,8	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	27	57	1,9	0,3	11,7	1,2
Стоимость рациона	115,96	701	39,5	24,5	80,5	8,1

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.