

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 06.10.2025

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	231	14,8	17,6	3,2	0,3
Картофель отварной	180	147	3,5	6,5	18,5	1,9
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	35	74	2,5	0,4	15,1	1,5
Стоимость рациона	96,63	520	21,1	31,9	37,0	3,7

Обед старшеклассника						
Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	83	1,7	5,0	7,8	0,8
Гуляш из говядины без муки, без сметаны	100	122	10,0	8,8	0,6	0,1
Каша гречневая рассыпчатая	180	298	10,2	8,8	44,0	4,4
Помидоры свежие (доп. гарнир)	45	9,0	0,5	0,1	1,7	4,4
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	1,2
Стоимость рациона	115,96	573	24,6	23,1	66,3	10,9

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.