

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 09.10.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	20	132	0,2	14,6	0,1	0,0
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	4,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	36	76	2,6	0,4	15,6	1,6
Стоимость рациона	96,63	543	17,7	29,4	52,1	6,3

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами	265	139	4,6	5,7	17,2	0,8
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264	13,8	16,6	15,0	0,1
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	4,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	4,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	40	85	2,9	0,5	17,3	1,7
Стоимость рациона	115,96	759	26,3	30,8	94,1	11,4

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.