

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 12.03.2026

Согласовано

Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшекласника</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	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
Капуста квашеная (доп.гарнир)	50	19	0,9	0,1	3,6	4,4
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>486</b>	<b>18,1</b>	<b>22,2</b>	<b>53,5</b>	<b>10,4</b>

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Обед старшекласника</b>						
Суп картофельный с горохом, зеленью	250	131	5,5	5,3	15,3	0,8
Наггетсы «Классические»	100	217	22,2	8,9	12,2	0,1
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	4,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	23	49	1,7	0,3	9,9	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>619</b>	<b>34,0</b>	<b>22,1</b>	<b>71,2</b>	<b>6,2</b>

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.