

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 16.09.2025



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
Индейка с булгуром	200	350	12,8	15,5	39,8	4,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	40	9	0,5	0,1	1,5	0,2
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	96,63	529	15,8	23,7	63,1	6,3

Обед старшеклассника						
Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной,	255	106	1,8	5,6	12,0	1,2
Фишболы в сырном соусе	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	11	0,6	0,1	1,9	0,2
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	565	24,4	21,7	67,8	6,8

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.