

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 20.10.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак старшеклассника						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Помидоры свежие	100	21	1,1	0,2	3,8	0,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	54	114	3,9	0,6	23,3	2,3
Стоимость рациона	96,63	547	25,5	17,9	70,8	7,1

Обед старшеклассника						
Суп сырный	200	79	1,9	4,2	8,3	0,8
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	45	95	3,2	0,5	19,4	1,9
Стоимость рациона	115,96	618	26,1	24,1	74,3	7,4

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.