

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 23.03.2026

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	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Котлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
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	49	104	3,5	0,6	21,2	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>622</b>	<b>25,3</b>	<b>25,6</b>	<b>71,0</b>	<b>7,1</b>

<b>Обед старшекласника</b>						
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	49	104	3,5	0,6	21,2	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>627</b>	<b>26,4</b>	<b>24,2</b>	<b>76,1</b>	<b>7,6</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.