

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 23.10.2025



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Рыба припущенная	105	84	19,1	0,6	0,7	0,1
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	20	4	0,2	0,1	0,8	0,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	96,63	386	29,7	9,6	45,7	4,6

Обед старшеклассника						
Суп Министроне	250	116	1,1	5,2	14,0	1,4
Рыба припущенная	80	64	14,6	0,4	0,5	0,1
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,4	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	461	24,9	11,8	61,3	6,1

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.