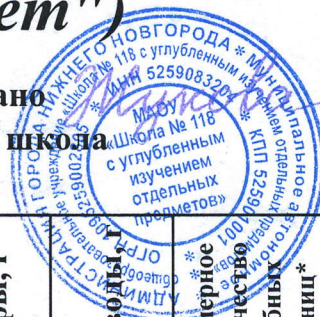


# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 27.11.2025

Согласовано  
Директор школы



| Наименование блюда               | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г    | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|----------------------------------|--------------|--------------------|-------------|------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак старшеклассника</b>   |              |                    |             |            |             |                                      |
| Рыба припущенная                 | 95           | 76                 | 17,3        | 0,5        | 0,6         | 0,1                                  |
| 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 | 12           | 25                 | 0,9         | 0,1        | 5,2         | 0,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>         | <b>96,63</b> | <b>399</b>         | <b>28,6</b> | <b>9,5</b> | <b>50,0</b> | <b>5,0</b>                           |

|                                    |               |            |             |             |             |            |
|------------------------------------|---------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| <b>Обед старшеклассника</b>        |               |            |             |             |             |            |
| Рассольник Ленинградский с зеленью | 250           | 124        | 2,1         | 5,1         | 17,3        | 1,7        |
| Филе куриное панированное          | 100           | 296        | 24,0        | 16,7        | 12,4        | 1,2        |
| Рожки отварные                     | 180           | 212        | 6,5         | 5,7         | 33,5        | 3,4        |
| Яблоко                             | 1шт           | 62         | 0,5         | 0,5         | 13,7        | 1,4        |
| Чай без сахара                     | 200           | 2          | 0,2         | 0,1         | 0,1         | 0,0        |
| Хлеб полезный с микронутриентами   | 29            | 61         | 2,1         | 0,3         | 12,5        | 1,3        |
| <b>Стоимость рациона</b>           | <b>115,96</b> | <b>757</b> | <b>35,4</b> | <b>28,4</b> | <b>89,5</b> | <b>9,0</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.