

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 30.09.2025

Согласовано  
Директор школы



| Наименование блюда               | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|----------------------------------|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак старшеклассника</b>   |              |                    |             |             |             |                                      |
| Масло сливочное                  | 18           | 119                | 0,1         | 13,1        | 0,2         | 0,0                                  |
| Жаркое по-домашнему 30/170       | 200          | 226                | 10,1        | 12,0        | 19,3        | 1,9                                  |
| Чай без сахара                   | 200          | 2                  | 0,2         | 0,1         | 0,1         | 0,0                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 55           | 117                | 4,0         | 0,7         | 23,8        | 2,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>         | <b>96,63</b> | <b>464</b>         | <b>14,4</b> | <b>25,9</b> | <b>43,4</b> | <b>4,3</b>                           |

|                                  |               |            |             |             |             |            |
|----------------------------------|---------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| <b>Обед старшеклассника</b>      |               |            |             |             |             |            |
| Суп сырный                       | 250           | 94         | 2,4         | 4,9         | 10,0        | 1,0        |
| Ёжики Аппетитные                 | 100/50        | 202        | 11,3        | 11,8        | 12,9        | 1,3        |
| Пюре картофельное                | 180           | 130        | 3,8         | 6,3         | 14,5        | 1,5        |
| Помидоры свежие (доп.гарнир)     | 80            | 16         | 0,9         | 0,2         | 3,1         | 0,3        |
| Чай без сахара                   | 200           | 2          | 0,2         | 0,1         | 0,1         | 0,0        |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 35            | 74         | 2,5         | 0,4         | 15,1        | 1,5        |
| <b>Стоимость рациона</b>         | <b>115,96</b> | <b>518</b> | <b>21,1</b> | <b>23,7</b> | <b>55,7</b> | <b>5,6</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.