

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "целиакия")

на 04.03.2026



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Гуляш из говядины без муки, без сметаны	100	122	10,0	8,8	0,6	0,1
Рис отварной	180	232	4,3	8,9	33,6	3,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	444	14,9	18,2	55,1	5,5

Обед старшекласника						
Суп сырный	250	94	2,4	4,9	10,0	1,0
Ёжики Аппетитные в соусе томатном	100/50	196	10,9	12,0	11,0	1,1
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Напиток из шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,5
Стоимость рациона	115,96	594	17,4	23,2	70,2	7,0

Полдник старшекласника						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	145	0,6	0,5	34,7	3,5

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.