

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "целиакия")

на 19.03.2026

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	231	14,8	17,6	3,2	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	180	298	10,2	8,8	44,0	4,4
Яблоко	2шт	98	0,8	0,8	21,6	2,2
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	668	26,0	27,3	78,9	7,9

Обед старшекласника						
Суп картофельный с горохом, зеленью	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Филе куриное отварное	120	173	37,1	2,4	0,6	0,1
Рис отварной	180	232	4,3	8,9	33,6	3,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	115,96	577	47,1	16,7	59,6	6,0

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.