

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "целиакия")

на 25.03.2026

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшеклассника</b>						
Филе куриное отварное	105	151	32,4	2,1	0,5	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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>424</b>	<b>36,9</b>	<b>11,1</b>	<b>44,2</b>	<b>4,4</b>

<b>Обед старшеклассника</b>						
Бульон с куриным филе, зеленью	25/250	39	7,8	0,5	0,8	0,1
Рыба припущенная	95	76	17,3	0,6	0,7	0,1
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>307</b>	<b>28,3</b>	<b>6,8</b>	<b>25,4</b>	<b>2,5</b>

<b>Полдник старшеклассника</b>						
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>44,70</b>	<b>145</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>34,7</b>	<b>3,5</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.