

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 04.02.2026

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Гуляш из говядины без муки, без сметаны	100	122	10,0	8,8	0,6	0,1
Рис отварной	150	226	3,6	7,5	28,4	2,8
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	28,6	2,9
Хлеб полезный с микронутриентами	47	100	3,4	0,6	20,3	2,0
Стоимость рациона	96,63	609	21,2	18,0	82,9	8,3

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Ёжики "Аппетитные"	100	173	10,5	10,1	9,9	1,0
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	28,6	2,9
Хлеб полезный с микронутриентами	50	106	3,6	0,6	21,6	2,2
Стоимость рациона	115,96	748	23,7	22,9	103,7	10,4

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.