

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 04.12.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Рыба припущенная	100	80	18,2	0,6	0,7	0,1
Каша гречневая рассыпчатая	180	298	10,2	8,8	44,0	4,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона	96,63	472	30,7	10,0	64,6	6,5

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Тефтели мясные	100	241	13,3	15,2	12,8	1,3
Вермишель отварная	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
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	907	30,5	29,2	131,1	13,1

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.