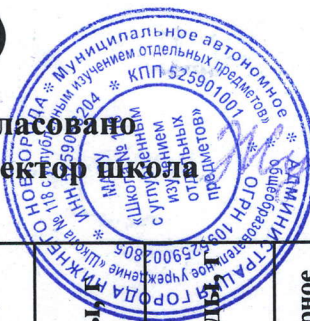


# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 05.02.2026

Согласовано  
Директор школы



| Наименование блюда                   | Выход (г)    | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|--------------------------------------|--------------|-------------------------|-------------|-------------|-------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак старшеклассника</b>       |              |                         |             |             |             |                                               |
| Филе куриное отварное                | 90           | 128                     | 27,7        | 1,8         | 0,2         | 0,0                                           |
| 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 | 27           | 76                      | 2,2         | 0,5         | 15,4        | 1,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>             | <b>96,63</b> | <b>523</b>              | <b>40,3</b> | <b>11,2</b> | <b>64,6</b> | <b>6,5</b>                                    |

|                                      |               |            |             |             |              |             |
|--------------------------------------|---------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| <b>Обед старшеклассника</b>          |               |            |             |             |              |             |
| 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                               | 2шт           | 98         | 0,4         | 0,4         | 21,6         | 2,2         |
| 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     | 25            | 53         | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1         |
| <b>Стоимость рациона</b>             | <b>115,96</b> | <b>890</b> | <b>28,6</b> | <b>28,8</b> | <b>128,2</b> | <b>12,8</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.