

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 07.10.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
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	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	46	129	3,7	0,9	26,3	2,6
Стоимость рациона	96,63	533	40,6	12,0	65,4	6,5

Обед старшеклассника						
Бульон с куриным филе, зеленью	30/250	44	9,0	0,6	0,2	0,0
Тефтели мясные	100	241	13,3	15,2	12,8	1,3
Каша гречневая рассыпчатая	180	298	10,2	8,8	44,0	4,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Батон, витаминный с микронутриентами	52	146	4,2	1,0	29,7	3,0
Хлеб полезный с микронутриентами	51	108	3,7	0,6	22,0	2,2
Стоимость рациона	115,96	886	40,6	26,3	120,7	12,1

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.