

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 09.02.2026

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Рыба припущенная	90	72	16,4	0,5	0,6	0,1
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	18	50	1,4	0,4	10,3	1,0
Стоимость рациона	96,63	294	21,0	6,6	29,7	3,0

Обед старшеклассника						
Суп из овощей, с зеленью	250	90	1,7	5,0	9,5	1,0
Гуляш из говядины без муки, без сметаны	100	122	10,0	8,8	0,6	0,1
Каша гречневая рассыпчатая	180	298	10,2	8,8	44,0	4,4
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	646	24,4	23,5	83,6	8,4

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.