

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 09.10.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, 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
Вермишель отварная	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
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	530	43,2	9,8	67,2	6,7

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
Рис отварной	180	232	4,3	8,9	33,6	3,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Батон, витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	805	24,1	30,5	108,9	10,9

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.