

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 09.12.2025

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	90	128	27,7	1,8	0,2	0,0
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	18	50	1,4	0,4	10,3	1,0
Стоимость рациона	96,63	431	33,6	11,2	49,1	4,9

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
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	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	720	33,7	23,9	92,2	9,2

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.