

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 10.10.2025



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Фрикадельки мясные припущенные	100	208	21,9	13,0	0,8	0,1
Рожки отварные	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	21	59	1,7	0,4	12,0	1,2
Стоимость рациона	96,63	517	30,7	20,2	53,2	5,3

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Обед старшекласника						
Борщ "Сибирский" с зеленью	250	92	2,0	4,9	10,0	1,0
Филе куриное отварное	100	144	30,9	2,0	0,5	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	21	59	1,7	0,4	12,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	33	70	2,4	0,4	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	537	40,2	13,4	55,6	5,6

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.