

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 11.09.2025

Согласовано

Директор школы



| Наименование блюда                   | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г    | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак старшеклассника</b>       |              |                    |             |            |             |                                      |
| 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                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>             | <b>96,63</b> | <b>530</b>         | <b>43,2</b> | <b>9,8</b> | <b>67,2</b> | <b>6,7</b>                           |

|                                      |               |            |             |             |              |             |
|--------------------------------------|---------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| <b>Обед старшеклассника</b>          |               |            |             |             |              |             |
| 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         |
| <b>Стоимость рациона</b>             | <b>115,96</b> | <b>805</b> | <b>24,1</b> | <b>30,5</b> | <b>108,9</b> | <b>10,9</b> |

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.