

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 13.11.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
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
Стоимость рациона	96,63	528	20,2	18,3	70,8	7,1

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	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	50	140	4,0	1,0	28,6	2,9
Хлеб полезный с микронутриентами	50	106	3,6	0,6	21,6	2,2
Стоимость рациона	115,96	910	27,9	31,4	129,3	12,9

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.