

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 19.11.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Индейка с булгуром	200	350	12,8	15,5	39,8	4,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	20	5	0,3	0,1	0,8	0,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	49	137	3,9	1,0	28,0	2,8
Стоимость рациона	96,63	513	17,2	16,7	73,6	7,4

Обед старшеклассника						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	98	1,7	4,9	9,8	1,0
Рыба припущенная	85	68	15,5	0,5	0,6	0,1
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	419	22,2	11,4	47,0	4,7

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.