

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 20.10.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Рыба припущенная	90	76	17,3	0,5	0,6	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	38	106	3,0	0,8	21,7	2,2
Стоимость рациона	96,63	432	27,4	8,1	62,7	6,3

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Гуляш из говядины без муки, без сметаны	100	122	10,0	8,8	0,6	0,1
Каша гречневая рассыпчатая	180	298	10,2	8,8	44,0	4,4
Компот из яблок	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
Батон, витаминный с микронутриентами	55	154	4,4	1,1	31,5	3,2
Хлеб полезный с микронутриентами	45	95	3,2	0,5	19,4	1,9
Стоимость рациона	115,96	835	30,0	24,5	123,4	12,3

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.