118

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 22.10.2025

Согласовано
Директор школа

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	**100**	140	13,6	8,0	3,3	0,3
Рис отварной	**180**	232	4,3	8,9	33,6	3,4
Пюре фруктовое	**125**	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	**37**	104	3,0	0,7	21,2	2,1
Стоимость рациона 96,63		***552***	***21,1***	***17,7***	***76,9***	***7,7***

Обед старшеклассника						
Суп куриный с зеленью	**250**	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Рыба припущенная	**100**	80	18,2	0,6	0,7	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
Хлеб полезный с микронутриентами	**15**	32	1,1	0,2	6,5	0,7
Стоимость рациона 115,96		***380***	***24,8***	***9,5***	***37,7***	***3,8***

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.