

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 23.03.2026

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Рыба припущенная	105	84	19,1	0,6	0,7	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	32	90	2,6	0,6	18,3	1,8
Стоимость рациона	96,63	424	28,8	8,0	59,4	5,9

Обед старшекласника						
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	54	114	3,9	0,6	23,3	2,3
Стоимость рациона	115,96	854	30,7	24,6	127,3	12,7

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.