

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием ЖКТ)

на 28.01.2026

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, 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
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	14	39	1,1	0,3	8,0	0,8
Стоимость рациона	96,63	465	14,1	15,9	66,6	6,7

Обед старшеклассника						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	98	1,7	4,9	9,8	1,0
Рыба припущенная	90	72	16,4	0,5	0,6	0,1
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	18	38	1,3	0,2	7,8	0,8
Стоимость рациона	115,96	400	22,6	11,3	42,1	4,2

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.