

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 11.11.2024

Согласовано

Директор школы 22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Мясо отварное	30	56	7,3	3,1	0,0	0,0
Картофель отварной	150	117	2,9	4,9	15,5	1,6
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	91,33	272	12,2	9,0	36,4	3,6

Завтрак старшекласника						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционнo	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Мясо отварное	30	56	7,3	3,1	0,0	0,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон, обогащенный йодоказеином	16	38	1,1	0,4	8,0	0,8
Стоимость рациона	91,33	493	21,2	22,6	52,3	5,2

Обед старшекласника						
Рассольник Ленинградский с мясом, зеленью	260	119	4,6	4,0	16,4	1,6
Гуляш из говядины	100	105	8,0	6,6	3,3	0,3
Рожки отварная	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	109,60	508	21,5	17,7	66,0	6,6

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.