

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 24.01.2025



Согласовано

Директор школы 22

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшекласника</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Жаркое с курицей	200	207	10,5	9,9	18,8	1,9
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>372</b>	<b>12,6</b>	<b>18,2</b>	<b>39,8</b>	<b>4,0</b>

<b>Завтрак старшекласника</b>						
Котлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>551</b>	<b>26,8</b>	<b>17,7</b>	<b>70,2</b>	<b>7,0</b>

<b>Обед старшекласника</b>						
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью	265	139	4,6	5,7	17,2	1,7
Чевапчичи в томате	100/50	267	18,5	16,9	10,5	1,1
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>673</b>	<b>31,6</b>	<b>28,7</b>	<b>72,1</b>	<b>7,2</b>

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.