

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 12.01.2026

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Сыр порционнo	20	71	4,6	5,8	0,0	0,0
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,5
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	30	64	2,2	0,4	13,0	1,3
Стоимость рациона	96,63	502	25,7	36,4	17,9	1,8

Обед старшеклассника						
Суп с горохом, говядиной тушеной и зеленью	270	171	10,1	9,2	18,8	1,9
Макаронник с мясом тушеным	200	410	20,2	20,1	37,0	3,7
Икра кабачковая	50	39	0,6	2,4	3,9	0,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55	1,9	0,3	11,2	1,1
Стоимость рациона	115,96	677	33,0	32,1	71,0	7,1

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.