

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 13.01.2026

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	20	132	0,2	14,6	0,2	0,0
Жаркое по-домашнему	200	226	10,1	12,0	19,3	1,9
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	40	85	2,9	0,5	17,3	1,7
Стоимость рациона	96,63	445	13,4	27,2	36,9	3,7

Обед старшеклассника						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	98	1,7	4,9	9,8	1,0
Котлета рубленая из куриного филе	100	229	20,2	9,0	16,8	1,7
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Икра кабачковая	60	46	0,8	2,8	4,6	0,5
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	43	91	3,1	0,5	18,6	1,9
Стоимость рациона	115,96	740	33,0	23,5	97,1	9,7

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.