

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 20.01.2026



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Филе куриное панированное	100	296	24,0	16,7	12,4	1,2
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	4,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Стоимость рациона	96,63	580	29,1	24,8	59,9	9,0

Обед старшеклассника						
Бульон с куриным филе, зеленью	25/250	39	7,8	0,5	0,8	0,8
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	0,1
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	4,4
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	4,4
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
Стоимость рациона	115,96	566	30,6	18,4	69,0	10,7

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.