

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 23.01.2026

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	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	42	89	3,0	0,5	18,1	1,8
Стоимость рациона	96,63	647	27,7	21,2	86,1	11,6

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с горохом, зеленом	250	131	5,5	5,3	15,3	0,8
Филе куриное панированное	100	296	24,0	16,7	12,4	0,1
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	4,4
Капуста квашеная (доп. гарнир)	40	14	0,6	0,1	3,0	4,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	50	106	3,6	0,6	21,6	2,2
Стоимость рациона	115,96	679	37,7	29,1	66,9	11,8

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.