

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 29.01.2026



Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	20	132	0,2	14,6	0,2	0,0
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	231	14,8	17,6	3,2	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	24	51	1,7	0,3	10,4	1,0
Стоимость рациона	96,63	712	27,1	41,4	58,0	5,8

Обед старшеклассника						
Суп Министроне	250	116	1,1	5,2	14,0	1,4
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	156	16,3	7,8	3,0	0,3
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
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	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	601	26,4	19,6	75,1	7,5

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.