

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 17.03.2026



Согласовано

Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Котлета рубленая из куриного филе	100	229	20,2	9,0	16,8	1,7
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	49	104	3,5	0,5	21,2	2,1
Стоимость рациона	96,63	670	28,8	24,8	82,7	8,3

Обед старшеклассника						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Жаркое по-домашнему	200	239	12,4	12,7	18,7	1,9
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	71	151	5,1	0,9	30,7	3,1
Стоимость рациона	115,96	488	20,0	16,7	61,2	6,1

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.