

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 30.03.2026



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,5
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон, витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
Стоимость рациона	96,63	517	22,2	31,3	36,3	3,6

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами	265	152	5,6	6,8	17,0	1,7
Плов из говядины	200	289	12,0	11,7	33,8	3,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон, витаминный с микронутриентами	19	53	1,5	0,4	10,3	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	549	21,1	19,3	72,0	7,2

Полдник старшеклассника						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	106	0,6	0,5	24,7	2,5

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.