

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 30.03.2026



Согласовано  
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшеклассника</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,5
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Батон, витаминный с микронутриентами	42	118	3,4	0,8	24,0	2,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>514</b>	<b>22,8</b>	<b>27,9</b>	<b>42,5</b>	<b>4,3</b>

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Обед старшеклассника</b>						
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>549</b>	<b>21,1</b>	<b>19,3</b>	<b>72,0</b>	<b>7,2</b>

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Полдник старшеклассника</b>						
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	62	0,5	0,5	13,7	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>44,70</b>	<b>119</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>27,6</b>	<b>2,8</b>

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.