

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 01.10.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Гуляш из говядины	100	122	10,0	8,8	0,6	0,1
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	14	0,8	0,1	2,7	0,3
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	40	85	2,9	0,5	17,3	1,7
Стоимость рациона	96,63	457	18,0	16,2	60,0	6,0

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	205	91	5,5	5,1	5,6	0,6
Жаркое по-домашнему	150	173	7,8	9,1	14,9	1,5
Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	21,0	1,1	0,2	3,8	0,4
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	50	106	3,6	0,6	21,6	2,2
Стоимость рациона	115,96	442	18,6	15,5	56,8	5,7

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 01.10.2025

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Шницель "Нежный"	90	219	15,0	12,2	11,9	1,2
Рис отварной	150	226	3,6	7,5	28,4	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	21,0	1,1	0,2	3,8	0,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	29,6	3,0
Стоимость рациона	96,63	647	23,9	21,0	83,8	8,4

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Солянка домашняя с зеленью	200	83	5,4	4,4	5,5	0,6
Котлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Рожки отварные	150	191	5,7	5,6	29,5	3,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	95	20,0	1,0	0,2	3,6	0,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	29,6	3,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	692	32,7	19,5	96,2	9,6

Полдник						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	145	0,6	0,5	34,7	3,5

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.