

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 12.12.2025

Согласовано  
Директор школы



| Наименование блюда                    | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b> |              |                    |             |             |             |                                      |
| Масло сливочное                       | 10           | 66                 | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0,0                                  |
| Биточки домашние                      | 100          | 198                | 13,8        | 11,3        | 10,1        | 1,0                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая            | 150          | 246                | 8,5         | 7,3         | 36,6        | 3,7                                  |
| Капуста квашеная (доп.гарнир)         | 45           | 17                 | 0,8         | 0,1         | 3,2         | 0,3                                  |
| 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                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>96,63</b> | <b>644</b>         | <b>25,7</b> | <b>26,9</b> | <b>74,6</b> | <b>7,5</b>                           |

|                                        |               |            |             |             |             |            |
|----------------------------------------|---------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| <b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b> |               |            |             |             |             |            |
| Борщ "Сибирский" с зеленью             | 200           | 74         | 1,7         | 3,9         | 8,0         | 0,8        |
| Филе куриное панированное              | 100           | 296        | 24,0        | 16,7        | 12,4        | 0,1        |
| Пюре картофельное                      | 150           | 108        | 3,1         | 5,2         | 12,1        | 1,2        |
| Капуста квашеная (доп.гарнир)          | 50            | 19         | 0,9         | 0,1         | 3,6         | 0,4        |
| 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        |
| <b>Стоимость рациона</b>               | <b>115,96</b> | <b>614</b> | <b>32,2</b> | <b>26,8</b> | <b>60,7</b> | <b>4,9</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.



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 12.12.2025

Согласовано

Директор школы

| Наименование блюда                              | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b>           |              |                    |             |             |              |                                      |
| Биточки домашние                                | 90           | 178                | 12,4        | 10,2        | 9,1          | 0,9                                  |
| Рожки отварные                                  | 180          | 229                | 6,9         | 6,7         | 35,4         | 3,5                                  |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром | 95           | 96                 | 1,5         | 4,9         | 11,5         | 1,2                                  |
| Яблоко                                          | 1шт          | 62                 | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                  |
| Чай с сахаром                                   | 200          | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 0,5                                  |
| Батон, витаминный с микронутриентами            | 50           | 140                | 4,0         | 1,0         | 28,6         | 2,9                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>96,63</b> | <b>726</b>         | <b>25,5</b> | <b>23,4</b> | <b>103,3</b> | <b>10,3</b>                          |

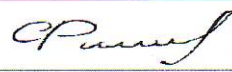
|                                                 |               |            |             |             |             |             |
|-------------------------------------------------|---------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| <b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b>          |               |            |             |             |             |             |
| Борщ "Сибирский" с зеленью                      | 200           | 74         | 1,7         | 3,9         | 8,0         | 0,8         |
| Филе куриное панированное                       | 100           | 296        | 24,0        | 16,7        | 12,4        | 0,1         |
| Пюре картофельное                               | 150           | 98         | 2,5         | 4,7         | 11,5        | 3,1         |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром | 90            | 91         | 1,4         | 4,6         | 10,9        | 3,1         |
| Компот из кураги                                | 200           | 86         | 1,1         | 0,0         | 13,2        | 1,2         |
| Батон, витаминный с микронутриентами            | 39            | 109        | 3,1         | 0,8         | 22,3        | 2,2         |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 25            | 53         | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1         |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>807</b> | <b>35,6</b> | <b>31,0</b> | <b>89,1</b> | <b>11,6</b> |

|                          |              |            |            |            |             |            |
|--------------------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| <b>Полдник</b>           |              |            |            |            |             |            |
| Пюре фруктовое           | 125          | 55         | 0,0        | 0,0        | 13,8        | 1,4        |
| Яблоко                   | 1шт          | 62         | 0,5        | 0,5        | 13,7        | 1,4        |
| Чай с сахаром            | 200          | 21         | 0,2        | 0,1        | 5,0         | 0,5        |
| <b>Стоимость рациона</b> | <b>44,70</b> | <b>138</b> | <b>0,7</b> | <b>0,6</b> | <b>32,5</b> | <b>3,3</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.