

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 13.10.2025

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
Картофель отварной	150	122	2,9	5,5	15,4	1,5
Горошек зеленый консервированный	50	20	1,6	0,1	3,2	0,3
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	535	22,5	18,9	68,6	6,9

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с горохом, зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Плов из говядины	150	214	8,6	8,6	25,7	2,6
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	44	123	3,5	0,9	25,2	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	610	19,7	14,7	99,8	10,0

Полдник						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	127	0,7	0,5	29,8	3,0

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 "сахарный диабет")

на 13.10.2025

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						
Сыр плавленый	17,5	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Горошек зеленый консервированный	50	20	1,6	0,1	3,2	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	50	106	3,6	0,6	21,6	2,2
Стоимость рациона	96,63	414	21,3	18,7	40,2	4,0

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с горохом, зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Плов из говядины	200	289	12,0	11,7	33,8	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
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	45	95	3,2	0,5	19,4	1,9
Стоимость рациона	115,96	565	21,0	17,1	81,3	8,1

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.