

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 14.01.2026

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						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционно	20	71	4,6	5,8	0,0	0,0
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
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	22	47	1,6	0,3	9,5	1,0
Стоимость рациона	96,63	493	20,2	28,6	38,8	3,9

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп сырный	200	79	1,9	4,2	8,3	0,8
Ёжики Аппетитные в соусе томатном	100/50	196	10,9	12,0	11,0	1,1
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,9
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	533	20,7	22,3	62,1	6,2

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 14.01.2026

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						
Шницель "Нежный"	90	219	15,0	12,2	11,9	1,2
Рис отварной	150	226	3,6	7,5	28,4	2,8
Икра кабачковая	80	62	1,0	3,8	6,2	0,6
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
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	750	24,3	25,1	99,9	10,0

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	200	89	1,8	4,1	11,3	1,1
Ёжики Аппетитные в соусе томатном	100/50	196	10,9	12,0	11,0	1,1
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,2
Икра кабачковая	60	46	0,8	2,9	4,7	0,5
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,9
Напиток из шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,5
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	29,6	3,0
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55	1,9	0,3	11,2	1,1
Стоимость рациона	115,96	770	23,6	25,5	112,9	11,3

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	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	44,70	158	0,7	0,6	37,6	3,8

Инженер-технолог
Егорова Т.А.

Калькулятор
Филиппова У.А.