

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 14.10.2025

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						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционнo	15	53	3,5	4,4	0,0	0,0
Индейка с булгуром	200	350	12,8	15,5	39,8	4,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	21	1,1	0,2	3,8	0,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	41	87	3,0	0,5	17,7	1,8
Стоимость рациона	96,63	579	20,7	28,0	61,5	6,2

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	200	72	1,4	4,0	7,9	0,8
Фишболы в сырном соусе	90/50	160	14,2	7,6	8,6	0,9
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Помидоры свежие (доп.гарнир)	80	16	0,9	0,1	3,1	0,3
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	53	112	3,8	0,6	22,9	2,3
Стоимость рациона	115,96	470	23,6	17,6	54,7	5,5

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 14.10.2025

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						
Бифштекс домашний	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
Каша гречневая рассыпчатая	150	248	8,5	7,3	37,0	3,7
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
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	50	140	4,0	1,0	28,6	2,9
Стоимость рациона	96,63	750	21,2	22,2	116,2	11,6

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	200	72	1,4	4,0	7,9	0,8
Рыба припущенная	95	76	17,3	0,5	0,6	0,1
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,2
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	28,6	2,9
Хлеб полезный с микронутриентами	21	45	1,5	0,3	9,1	0,9
Стоимость рациона	115,96	480	26,9	10,6	69,7	7,0

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.