

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 20.10.2025

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
Вермишель отварная	150	191	5,7	5,6	29,5	3,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	80	17	0,9	0,2	3,0	0,3
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
Батон, витаминный с микронутриентами	41	115	3,3	0,8	23,5	2,4
Стоимость рациона	96,63	636	18,2	20,1	95,8	9,6

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Гуляш из говядины без муки, без сметаны	100	122	10,0	8,8	0,6	0,1
Каша гречневая рассыпчатая	180	298	10,2	8,8	44,0	4,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из яблок	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	28,6	2,9
Хлеб полезный с микронутриентами	50	106	3,6	0,6	21,6	2,2
Стоимость рациона	115,96	881	30,4	24,9	133,5	13,4

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 20.10.2025

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						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционнo	15	53	3,5	4,4	0,0	0,0
Котлета куриная с сыром	90	152	11,9	8,1	7,9	0,8
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие	55	12	0,6	0,1	2,1	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	35	74	2,5	0,4	15,1	1,5
Стоимость рациона	96,63	586	24,6	25,7	64,0	6,4

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп сырный	200	79	1,9	4,2	8,3	0,8
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Помидоры свежие	90	19	1,0	0,2	13,0	1,3
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	23	49	1,7	0,3	9,9	1,0
Стоимость рациона	115,96	541	23,9	22,6	70,3	7,0

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.