

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 21.01.2026

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						
Сыр порционно	15	53	3,5	4,4	0,0	0,0
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Плов из индейки	150	283	8,0	12,8	34,0	3,4
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	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	96,63	499	14,6	25,1	54,0	5,4

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	99	1,7	4,1	13,8	0,8
Рыба припущенная	95	76	17,3	0,5	0,6	0,1
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная (доп.гарнир)	60	23	1,1	0,1	4,3	0,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	31	66	2,2	0,4	13,4	1,3
Стоимость рациона	115,96	374	25,6	10,4	44,3	3,8

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 21.01.2026

Согласовано
Директор школа 140

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Плов из индейки	150	283	8,0	12,8	34,0	3,4
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,9
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	491	11,2	13,6	81,2	8,1

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	99	1,7	4,1	13,8	0,8
Рыба припущенная	90	72	16,4	0,5	0,6	0,1
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	3,1
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	14	39	1,1	0,3	8,0	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	23	49	1,7	0,3	9,9	1,0
Стоимость рациона	115,96	453	23,6	10,0	67,7	8,1

Полдник						
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	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	44,70	158	0,7	0,6	37,6	3,8

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.