

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 22.01.2026

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						
Шницель "Нежный"	90	219	15,0	12,2	11,9	1,2
Вермишель отварная	150	191	5,7	5,6	29,5	3,0
Кукуруза консервированная	60	195	6,2	2,9	36,0	3,6
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	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона	96,63	800	30,2	22,0	120,1	12,0

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Борщ "Сибирский" с зеленью	200	74	1,7	3,9	8,0	0,8
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	231	14,8	17,6	3,2	0,1
Рис отварной	150	226	3,6	7,5	28,4	3,1
Кукуруза консервированная	60	195	6,2	2,9	36,0	3,6
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17,0	1,2
Батон, витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	1,0	27,5	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	33	70	2,4	0,4	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	999	32,7	33,4	134,4	12,9

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "сахарный диабет")

на 22.01.2026

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						
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Капуста квашеная (доп.гарнир)	50	19	0,9	0,1	3,6	0,4
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай без сахара	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Хлеб полезный с микронутриентами	51	108	3,7	0,6	22,0	2,2
Стоимость рациона	96,63	490	18,9	14,8	70,1	7,0

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Борщ "Сибирский" с зеленью	200	74	1,7	3,9	8,0	0,8
Митболлы в томатном соусе	100/50	286	19,8	18,2	11,5	0,1
Грис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Капуста квашеная (доп.гарнир)	35	13	0,6	0,1	2,5	0,3
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	12	49	1,7	0,3	9,9	1,0
Стоимость рациона	115,96	651	28,7	29,1	69,5	5,8

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.