

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 22.10.2025

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						
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
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	28,3	2,8
Стоимость рациона	96,63	750	21,2	22,2	115,9	11,6

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Рыба припущенная	90	72	16,4	0,5	0,6	0,1
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,2
Кукуруза консервированная	20	65	2,1	1,0	12,0	1,2
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17,0	1,7
Батон, витаминный с микронутриентами	37	104	3,0	0,7	21,2	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	31	66	2,2	0,4	13,4	1,3
Стоимость рациона	115,96	570	28,7	10,4	87,4	8,7

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 22.10.2025

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						
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	140	13,6	8,0	3,3	0,3
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Помидоры свежие (доп.гарнир)	85	17	1,1	0,2	3,2	0,3
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	42	89	3,0	0,5	18,1	1,8
Стоимость рациона	96,63	482	22,0	15,5	64,0	6,4

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Помидоры свежие (доп.гарнир)	80	16	1,0	0,2	3,0	0,3
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	27	57	1,9	0,3	11,7	1,2
Стоимость рациона	115,96	574	24,2	21,7	67,8	6,8

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.