

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 01.11.2025

Согласовано

Директор школы

Т.Н. Филиппова

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
Картофель отварной	150	122	2,9	5,5	15,4	1,5
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	41	115	3,3	0,8	23,5	2,4
Стоимость рациона	96,63	544	14,9	20,2	75,7	7,6

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	83	1,7	5,0	7,8	0,8
Гуляш из говядины без муки, без сметаны	100	122	10,0	8,8	0,6	0,1
Каша гречневая рассыпчатая	150	248	8,5	7,3	37,0	3,7
Помидоры свежие (доп. гарнир)	80	17,0	0,9	0,2	3,0	0,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0,0	0,0	28,0	2,8
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	29,6	3,0
Хлеб полезный с микронутриентами	44	93	3,2	0,5	19,0	1,9
Стоимость рациона	115,96	815	28,3	22,8	125,0	12,5

Полдник						
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17,0	1,7
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	44,70	159	0,2	0,1	39,4	3,9

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.