

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 02.10.2025

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						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	248	8,5	7,3	37,0	3,7
Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	21,0	1,1	0,2	3,8	0,4
Яблоко	1штг	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	50	140	4,0	1,0	29,6	3,0
Стоимость рациона	96,63	697	28,0	20,3	101,4	10,1

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	200	72	1,4	4,0	7,9	0,8
Тефтели мясные в соусе томатном	90/50	183	13,5	13,0	3,0	0,3
Вермишель отварная	150	191	5,7	5,6	29,5	3,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,4	0,2
Яблоко	1штг	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	29,6	3,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	743	27,7	24,5	104,1	10,4

Полдник						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	44,70	96	0,2	0,1	23,9	2,4

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.