

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 05.03.2026

Согласовано  
Директор школы

Сукова

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b>						
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
Яблоко	2шт	98	0,8	0,8	21,6	2,2
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	43	120	3,4	0,9	24,6	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>705</b>	<b>26,7</b>	<b>20,4</b>	<b>103,4</b>	<b>10,3</b>

<b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b>						
Солянка домашняя с зеленью	200	83	5,4	4,4	5,5	0,6
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	231	14,8	17,6	3,2	0,3
Вермишель отварная	150	191	5,7	5,6	29,5	3,0
Яблоко	1шт	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	70	196	5,6	1,4	40,0	4,0
Хлеб полезный с микронутриентами	50	106	3,6	0,6	21,6	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>897</b>	<b>35,7</b>	<b>30,1</b>	<b>120,7</b>	<b>12,1</b>

<b>Полдник</b>						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>44,70</b>	<b>145</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>34,7</b>	<b>3,5</b>

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.