

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 07.10.2025

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b>						
Филе куриное панированное	100	296	24,0	16,7	12,4	1,2
Рис отварной	150	226	3,6	7,5	28,4	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	21	1,1	0,2	3,8	0,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	49	137	3,9	1,0	28,0	2,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>770</b>	<b>33,2</b>	<b>25,9</b>	<b>93,5</b>	<b>9,4</b>

<b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b>						
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	25/15/250	100	9,5	0,8	13,7	0,8
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	0,1
Гороховое пюре	150	249	15,5	7,6	26,0	2,6
Помидоры свежие (доп.гарнир)	75	16,0	0,8	0,2	2,8	0,3
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	29,6	3,0
Хлеб полезный с микронутриентами	42	89	3,0	0,5	18,1	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>841</b>	<b>46,8</b>	<b>21,5</b>	<b>112,3</b>	<b>9,7</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