

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 10.02.2026

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                                  |
| 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  | 24           | 67                 | 1,9         | 0,5         | 13,7        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>96,63</b> | <b>728</b>         | <b>30,5</b> | <b>25,6</b> | <b>86,2</b> | <b>8,6</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        |
| Вермишель отварная                       | 150           | 191        | 5,7         | 5,6         | 29,5         | 3,0        |
| Яблоко                                   | 1шт           | 49         | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1        |
| Компот из апельсинов                     | 200           | 69         | 0,2         | 0,1         | 17,0         | 1,2        |
| Батон, витаминный с микронутриентами     | 48            | 134        | 3,8         | 1,0         | 27,5         | 2,8        |
| Хлеб полезный с микронутриентами         | 25            | 53         | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1        |
| <b>Стоимость рациона</b>                 | <b>115,96</b> | <b>794</b> | <b>35,2</b> | <b>19,5</b> | <b>119,4</b> | <b>9,9</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.