

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 10.09.2025

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						
Плов из индейки	150	283	8,0	12,8	34,0	3,4
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	80	81	1,3	4,1	9,7	1,0
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Яблоко	1 шт	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	38	106	3,0	0,8	21,7	2,2
Стоимость рациона	96,63	615	12,9	18,2	100,1	10,0

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	99	1,7	4,1	13,8	0,8
Рыба припущенная	90	72	16,4	0,5	0,6	0,1
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	3,1
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	70	71	1,1	3,6	8,5	0,9
Компот из кураги	200	86	1,1	0,0	13,2	1,2
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	28,6	2,9
Хлеб полезный с микронутриентами	48	12	3,5	0,6	20,7	2,1
Стоимость рациона	115,96	578	30,3	14,5	96,9	10,9

Полдник						
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Напиток из шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,5
Стоимость рациона	44,70	194	0,7	0,3	47,0	4,7

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.