

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 12.12.2025



Жукова

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Биточки домашние	90	178	12,4	10,2	9,1	0,9
Рожки отварные	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	95	96	1,5	4,9	11,5	1,2
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	50	140	4,0	1,0	28,6	2,9
Стоимость рациона	96,63	726	25,5	23,4	103,3	10,3

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Горш "Сибирский" с зеленью	200	74	1,7	3,9	8,0	0,8
Филе куриное панированное	100	296	24,0	16,7	12,4	0,1
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	3,1
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	90	91	1,4	4,6	10,9	3,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0,0	13,2	1,2
Батон, витаминный с микронутриентами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	807	35,6	31,0	89,1	11,6

Полдник						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	138	0,7	0,6	32,5	3,3

Инженер-технолог
Горова Т.А.

[Signature]

Калькулятор
Филиппова У.А.

[Signature]

* - 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.