

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 25.09.2025

Согласовано  
Директор школы

| Наименование блюда                    | Выход (г)    | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|---------------------------------------|--------------|-------------------------|-------------|-------------|-------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b> |              |                         |             |             |             |                                               |
| Котлета куриная                       | 90           | 156                     | 14,6        | 7,9         | 5,2         | 0,5                                           |
| Картофель отварной                    | 150          | 122                     | 2,9         | 5,5         | 15,4        | 1,5                                           |
| Помидоры свежие (доп.гарнир)          | 100          | 21                      | 1,1         | 0,2         | 3,8         | 0,4                                           |
| Чай с сахаром                         | 200          | 41                      | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 1,0                                           |
| Яблоко                                | 1шт          | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8        | 1,1                                           |
| Батон, витаминный с микронутриентами  | 44           | 123                     | 3,5         | 0,9         | 25,2        | 2,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>96,63</b> | <b>512</b>              | <b>22,7</b> | <b>15,0</b> | <b>70,5</b> | <b>7,1</b>                                    |

|                                        |               |            |             |             |              |             |
|----------------------------------------|---------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| <b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b> |               |            |             |             |              |             |
| Суп Министроне                         | 200           | 90         | 2,4         | 4,2         | 10,8         | 1,1         |
| Филе куриное панированное              | 100           | 296        | 24,0        | 16,7        | 12,4         | 1,2         |
| Рожки отварные                         | 150           | 191        | 5,7         | 5,6         | 29,5         | 3,0         |
| Помидоры свежие (доп.гарнир)           | 60            | 14         | 0,7         | 0,1         | 2,4          | 0,2         |
| Яблоко                                 | 1шт           | 49         | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1         |
| Компот из кураги                       | 200           | 86         | 1,1         | 0,0         | 13,2         | 1,3         |
| Батон, витаминный с микронутриентами   | 50            | 140        | 4,0         | 1,0         | 28,6         | 2,9         |
| Хлеб полезный с микронутриентами       | 25            | 53         | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1         |
| <b>Стоимость рациона</b>               | <b>115,96</b> | <b>919</b> | <b>40,1</b> | <b>28,3</b> | <b>118,5</b> | <b>11,9</b> |

|                          |              |            |            |            |             |            |
|--------------------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| <b>Полдник</b>           |              |            |            |            |             |            |
| Пюре фруктовое           | 125          | 55         | 0,0        | 0,0        | 13,8        | 1,4        |
| Напиток из шиповника     | 200          | 104        | 0,7        | 0,3        | 24,6        | 2,5        |
| Яблоко                   | 1шт          | 49         | 0,4        | 0,4        | 10,8        | 1,1        |
| <b>Стоимость рациона</b> | <b>44,70</b> | <b>208</b> | <b>1,1</b> | <b>0,7</b> | <b>49,2</b> | <b>4,9</b> |

Инженер-технолог  
Егорова Т.А.

Калькулятор  
Филиппова У.А.