

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 02.02.2026

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Гуляш из говядины без муки, без сметаны	100	122	10,0	8,8	0,6	0,1
Картофель отварной	180	147	3,5	6,5	18,5	1,9
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	18	50	1,4	0,4	8,0	0,8
Стоимость рациона	96,63	360	15,1	15,8	37,2	3,7

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами	265	152	5,6	6,8	17,0	1,7
Жаркое по-домашнему	200	239	12,4	12,7	18,7	1,9
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55	1,9	0,3	11,2	1,1
Стоимость рациона	115,96	525	21,8	20,3	63,5	6,4

Полдник старшеклассника						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	145	0,6	0,5	34,7	3,5

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