ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 02.12.2025

Согласовано
Директор школа

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Жаркое по-домашнему	**200**	226	10,1	12,0	19,3	1,9
Яблоко	**1шт**	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	**200**	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	**25**	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона 96,63		***399***	***12,8***	***13,1***	***57,4***	***5,7***
Обед старшеклассника						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	**250**	98	1,7	4,9	9,8	1,0
Филе куриное панированное	**100**	296	24,0	16,7	12,4	1,2
Рожки отварные	**180**	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Яблоко	**1шт**	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Компот из кураги	**200**	86	1,1	0,0	13,2	1,3
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
Стоимость рациона 115,96		***958***	***39,8***	***30,1***	***122,8***	***12,3***
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**	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона 44,70		***158***	***0,7***	***0,6***	***37,6***	***3,8***

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.