

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 03.12.2025

Согласовано

Директор школы

Мухомова

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, 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
Рис отварной	180	232	4,3	8,9	33,6	3,4
Икра кабачковая	30	23	0,4	1,4	2,3	0,2
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона	96,63	492	17,6	19,9	60,6	6,1

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Ёжики Аппетитные в соусе томатном	100/50	196	10,9	12,0	11,0	1,1
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
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	50	140	4,0	1,0	28,6	2,9
Хлеб полезный с микронутриентами	36	101	2,9	0,4	20,6	2,1
Стоимость рациона	115,96	799	23,5	24,7	111,8	11,2

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.

[Подпись]

Калькулятор
Филиппова У.А.

[Подпись]

* - 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.