

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 05.12.2025

Согласовано

Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц *
Завтрак старшеклассника						
Индейка с булгуром	200	350	12,8	15,5	39,8	4,0
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	2,4	0,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0,0	0,0	28,0	2,8
Батон, витаминный с микронутриентами	47	132	3,8	0,9	26,9	2,7
Стоимость рациона	96,63	656	17,1	16,9	97,1	9,7

Обед старшеклассника						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Митболлы в томатном соусе	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	23	64	1,8	0,5	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	691	28,9	27,7	71,1	7,1

Полдник старшеклассника						
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	2,4	0,2
Стоимость рациона	44,70	158	0,7	0,6	26,3	2,6

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.