

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 06.11.2025

Согласовано

Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшекласника</b>						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	298	10,2	8,8	44,0	4,4
Яблоко	2шт	124	1,0	1,0	4,8	0,5
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>731</b>	<b>27,2</b>	<b>21,7</b>	<b>83,3</b>	<b>8,3</b>

<b>Обед старшекласника</b>						
Солянка домашняя с зеленью	250	104	6,7	5,5	6,9	0,7
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	231	14,8	17,6	3,2	0,3
Вермишель отварная	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>714</b>	<b>32,0</b>	<b>30,6</b>	<b>77,8</b>	<b>7,8</b>

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

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.