

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 17.09.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Филе куриное панированное	100	296	24,0	16,7	12,4	1,2
Вермишель отварная	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	60	59	0,9	3,0	6,8	0,7
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	21	59	1,7	0,4	12,0	1,2
Стоимость рациона	96,63	733	34,1	27,3	87,5	8,8

Обед старшеклассника						
Бульон с куриным филе, гренокми, зеленью	25/15/250	100	9,5	0,8	13,7	1,4
Жаркое по-домашнему	200	239	12,4	12,7	18,7	1,9
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	20	42	1,4	0,2	8,6	0,9
Стоимость рациона	115,96	422	23,5	13,8	51,1	5,1

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
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	44,70	137	0,4	0,2	34,0	3,4

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.