

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 17.11.2025

Согласовано
Директор школы



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
Каша гречневая рассыпчатая	180	298	10,2	8,8	44,0	4,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	14	39	1,1	0,3	8,0	0,8
Стоимость рациона	96,63	500	21,5	18,0	62,7	6,3

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с горохом, зеленью	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Плов из говядины	200	289	12,0	11,7	33,8	3,4
Напиток из шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,5
Батон, витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,8
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55	1,9	0,3	11,2	1,1
Стоимость рациона	115,96	666	22,6	18,2	102,6	10,3

Полдник старшеклассника						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Яблоко	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	44,70	138	0,7	0,6	32,5	3,3

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.