

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 21.10.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Жаркое с индейкой	200	256	9,5	16,2	18,2	1,8
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	38	106	3,0	0,8	21,7	2,2
Стоимость рациона	96,63	440	12,8	17,1	58,9	5,9

Обед старшеклассника						
Борщ "Краснодарский с зеленью"	250	84	1,8	3,1	12,1	1,2
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	11	0,6	0,1	1,9	0,2
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	38	106	3,0	0,8	21,7	2,2
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55	1,9	0,3	11,2	1,1
Стоимость рациона	115,96	724	28,2	22,4	102,5	10,3

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	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	145	0,6	0,5	34,7	3,5

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.