

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 24.02.2026



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Котлета куриная	90	156	14,6	7,9	5,2	0,5
Рис отварной	180	232	4,3	8,9	33,6	3,4
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	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
Стоимость рациона	96,63	575	22,3	17,7	80,1	8,0

Обед старшеклассника						
Борщ "Краснодарский с зеленью"	250	84	1,8	3,1	12,1	1,2
Макаронник с мясом тушеным	200	410	20,2	20,1	37,0	3,7
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	54	151	4,3	1,1	30,9	3,1
Хлеб полезный с микронутриентами	50	106	3,6	0,6	21,6	2,2
Стоимость рациона	115,96	792	30,1	25,0	111,7	11,2

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.