

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 24.03.2026

Согласовано  
Директор школы

*Жукова*

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшеклассника</b>						
Плов из индейки	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
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
Батон, витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>544</b>	<b>12,9</b>	<b>17,7</b>	<b>83,4</b>	<b>8,3</b>

<b>Обед старшеклассника</b>						
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
Яблоко	2шт	98	0,8	0,8	21,6	2,2
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>804</b>	<b>28,2</b>	<b>23,0</b>	<b>120,7</b>	<b>12,1</b>

<b>Полдник старшеклассника</b>						
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>44,70</b>	<b>145</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>34,7</b>	<b>3,5</b>

Инженер-технолог  
Егорова Т.А.

*Егорова Т.А.*

Калькулятор  
Филиппова У.А.

*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.