

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 24.09.2025

Согласовано
Директор Никола

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
Рис отварной	180	232	4,3	8,9	33,6	3,4
Кукуруза консервированная	30	98	3,1	1,5	18,0	1,8
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	786	34,0	28,1	99,2	9,9

Обед старшеклассника						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Бифштекс домашний	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Кукуруза консервированная	20	65	2,1	1,0	12,0	1,2
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17,0	1,7
Батон, витаминный с микронутриентами	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	3	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	693	20,1	24,1	100,1	10,0

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.