

"Утверждаю"

Директор

Перминова Е. В.

Меню

понедельник

03.06.24

Дети 7-11лет

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак					
Яйцо варёное	40	5	4,6	0,28	62,52
Макаронные изделия отварные с сыром 180	180	10,74	8,97	40,39	285,29
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,25	0,14	66,21
Чай с сахаром и лимоном 200/7	207	0,41	0,01	15,13	62,24
Фрукты свежие"	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	129,05
Хлеб ржано-пшеничный 25	25	1,65	0,28	10,25	50,08
Обед					
Сок фруктовый	200			21	84
Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	129,05
Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200	200	1,66	6,16	10,5	104,02
Гуляш из говядины 100	100	13,36	12,98	3,82	185,54
Огурцы свежие 60	60	0,42	0,06	1,14	6,78
Рис отварной 150	150	3,85	5,43	38,43	218,03
Хлеб ржано-пшеничный 25	25	1,65	0,28	10,25	50,08

Зав производством

Директор школы

Медицинский работник



ООО «Технология
диетического питания»
ИНН 4345317334
ОГРН 1114345045363

"Утверждаю"

Директор

Перминова Е. В.

Меню

понедельник

03.06.24

Дети 12-18лет

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак					
Яйцо варёное	40	5	4,6	0,28	62,52
Макаронные изделия отварные с сыром 200	200	11,89	10,26	44,72	318,81
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,25	0,14	66,21
Чай с сахаром и лимоном 200/7	207	0,41	0,01	15,13	62,24
Фрукты свежие"	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	129,05
Хлеб ржано-пшеничный 25	25	1,65	0,28	10,25	50,08
Обед					
Рис отварной 180	180	4,62	6,52	46,12	261,64
Сок фруктовый	200			21	84
Батон нарезной 75	75	5,63	2,18	37,88	193,58
Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250	250	2,01	7,2	13,05	125
Гуляш из говядины 120	120	16,06	15,6	4,58	222,96
Огурцы свежие 100	100	0,7	0,1	1,9	11,3
Хлеб ржано-пшеничный 50	50	3,3	0,55	20,5	100,15

Зав производством

Директор школы

Медицинский работник



ООО «Технология
диетического питания»
ИНН 4345317334
ОГРН 1114345045363

"Утверждаю"

Директор

Перминова Е. В.

Меню

понедельник

03.06.24

Аллергический стол 7-11

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак					
Макаронные изделия отварные с сыром 180	180	10,74	8,97	40,39	285,29
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,25	0,14	66,21
Чай с сахаром 200	200	0,2		10,07	41,08
Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	129,05
Хлеб ржано-пшеничный 25	25	1,65	0,28	10,25	50,08
Обед					
Чай с сахаром 200	200	0,2		10,07	41,08
Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	129,05
Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200	200	1,66	6,16	10,5	104,02
Мясо отварное 90	90	23,31	14,53	0,42	225,65
Рис отварной 150	150	3,85	5,43	38,43	218,03
Хлеб ржано-пшеничный 25	25	1,65	0,28	10,25	50,08

Зав производством

Директор школы

Медицинский работник



ООО «Технология
диетического питания»
ИНН 4345317334
ОГРН 1114345045363

"Утверждаю"

Директор

Перминова Е. В.

Меню

понедельник

03.06.24

Агютеновая диета 7-11

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак					
Каша кукурузная вязкая на воде 250	250	5,7	5,17	57,08	297,65
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,25	0,14	66,21
Чай с сахаром 200	200	0,2		10,07	41,08
Хлебцы 20	20	2,5	0,74	14,22	73,54
Обед					
Чай с сахаром 200	200	0,2		10,07	41,08
Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200	200	1,66	6,16	10,5	104,02
Мясо отварное 90	90	23,31	14,53	0,42	225,65
Огурцы свежие 60	60	0,42	0,06	1,14	6,78
Рис отварной 150	150	3,85	5,43	38,43	218,03
Хлебцы 20	20	2,5	0,74	14,22	73,54

Зав производством

Директор школы

Медицинский работник



ООО «Технология
диетического питания»
ИНН 4345317334
ОГРН 1114345045363

"Утверждаю"

Директор

Перминова Е. В.

Меню

понедельник

03.06.24

Низкокалорийная без сахара

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак					
Яйцо варёное	40	5	4,6	0,28	62,52
Каша кукурузная вязкая молочная б/сахара	220	8,03	6,85	49,77	292,81
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,25	0,14	66,21
Чай с лимоном б/сахара	200	0,41	0,01	0,13	2,24
Фрукты свежие"	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Хлеб ржано-пшеничный 25	25	1,65	0,28	10,25	50,08
Обед					
Компот из черноплодной рябины без сахара	200	0,3	0,04	1,82	8,84
Борщ вегетарианский без картофеля со сметаной 250	250	2,42	3,72	9,01	79,23
Гуляш из говядины 100	100	13,36	12,98	3,82	185,54
Каша гречневая рассыпчатая 150	150	5,46	5,25	30,23	190,03
Огурцы свежие 60	60	0,42	0,06	1,14	6,78
Хлеб ржано-пшеничный 50	50	3,3	0,55	20,5	100,15

Зав производством

Директор школы

Медицинский работник



ООО «Технология
диетического питания»
ИНН 4345317334
ОГРН 1114345045363