

саш №7

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

Специализированная диета

1 НЕДЕЛЯ исключить хлеб

	Рацион	Выход	Выход
		1-4 кл	5-11 кл
ПОНЕДЕЛЬНИК	Биточки куриные с маслом	90	90
	Макароны отварные	150	200
	Чай с сахаром, лимоном	200/5	200/5
ВТОРНИК	Колбаса отварная с соусом	90	90
	Пюре картофельное	150	200
	Чай с сахаром	200	200
СРЕДА	Гуляш из говядины	90	90
	Рис отварной	150	200
	Компот из с/ф с вит. «С»	200	200
ЧЕТВЕРГ	Салат из свеклы с чесноком	30	50
	Жаркое с филе куриным	200	250
	Чай с сахаром	200	200
	Фрукт	1шт.	1шт.
ПЯТНИЦА	Каша гречневая рассыпчатая	150	200
	Фрикадельки мясные с соусом	90	90
	Сок	200	200

Диетсестра: *Виктория Лф*

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

Специализированная диета

2 НЕДЕЛЯ исключить хлеб

		Рацион	Выход	Выход
			1-4 кл	5-11 кл
ПОНЕДЕЛЬНИК		Котлеты «Ладожские» с маслом	90	90
		Макароны отварные	150	180
		Сок	200	200
ВТОРНИК		Котлета рыбная(минтай) с маслом	90	90
		Пюре картофельное	150	200
		Компот из с/ф с вит. «С»	200	200
СРЕДА		Бефстроганов из филе куриного	90	90
		Каша гречневая рассыпчатая	150	200
		Чай с сахаром	200	
		Напиток клюквенный		200
ЧЕТВЕРГ		Огурец свежий	18	18
		Плов из мяса	50/150	50/200
		Чай с сахаром	200	200
ПЯТНИЦА		Запеканка творожная с молоком сгущенным	100/15	120/30
		Чай с сахаром	200	200
		Фрукт	1шт.	1шт.

сш №7

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

Специализированная диета

1 НЕДЕЛЯ исключить морковь, банан

	Рацион	Выход	Выход
		1-4 кл	5-11 кл
ПОНЕДЕЛЬНИК	Биточки куриные с маслом	90	90
	Макароны отварные	150	200
	Чай с сахаром, лимоном	200/5	200/5
	Хлеб пшеничный/ржаной	30/15	40/20
ВТОРНИК	Колбаса отварная с соусом	90	90
	Пюре картофельное	150	200
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный/ржаной	30/15	40/20
СРЕДА	Гуляш из говядины	90	90
	Рис отварной	150	200
	Компот из с/ф с вит. «С»	200	200
	Хлеб пшеничный/ржаной	30/15	40/20
ЧЕТВЕРГ	Салат из свеклы с чесноком	30	50
	Жаркое с филе куриным	200	250
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный/ржаной	30/15	40/20
	Яблоко	1шт.	1шт.
ПЯТНИЦА	Каша гречневая рассыпчатая	150	200
	Фрикадельки мясные с соусом	90	90
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный/ржаной	30/15	40/20

Диетсестра: Вахрина *Л.А.*

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА

Специализированная диета

2 НЕДЕЛЯ исключить морковь, банан

		Рацион	Выход	Выход
			1-4 кл	5-11 кл
ПОНЕДЕЛЬНИК		Котлеты «Ладожские» с маслом	90	90
		Макароны отварные	150	180
		Сок	200	200
		Хлеб пшеничный/ржаной	30/15	40/20
ВТОРНИК		Котлета рыбная(минтай) с маслом	90	90
		Пюре картофельное	150	200
		Компот из с/ф с вит. «С»	200	200
		Хлеб пшеничный/ржаной	30/15	40/20
СРЕДА		Бефстроганов из филе куриного	90	90
		Каша гречневая рассыпчатая	150	200
		Чай с сахаром	200	
		Напиток клюквенный		200
		Хлеб пшеничный/ржаной	30/15	40/20
ЧЕТВЕРГ		Огурец свежий	18	18
		Плов из мяса	50/150	50/200
		Чай с сахаром	200	200
		Хлеб пшеничный/ржаной	30/15	40/20
ПЯТНИЦА		Запеканка творожная с молоком сгущенным	100/15	120/30
		Чай с сахаром	200	200
		Булочка сдобная	100	100
		Яблоко	1шт.	1шт.