

МЕНЮ 05.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004086

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с сахаром 180	180	0,37	0,53	14,55	63,65
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
ИТОГО		17,92	8,28	75,07	494,68

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Рыба запеченная 120	120	12,07	28,95	---	224,43
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Борщ из свежей капусты с картофелем (без пассерования овощей, сахара и томатного пюре) 300	300	0,31	1,99	10,85	54,15
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Салат Столичный 100	100	16,55	10,17	4,42	207,31
Овощное соте с морковью (без соевого соуса) 230	230	15,5	4,97	26,35	264,78
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
ИТОГО		55,67	55,92	84,23	1 061,63

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ИТОГО		22,62	8,45	57,33	466,7

Зав. производством: _____

МЕНЮ 22.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004097

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Каша кукурузная молочная жидкая 200	200	6,83	5,4	27,27	192,15
Чай с сахаром 180	180	0,37	0,53	14,55	63,65
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
ЯЙЦО вареное 50	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ИТОГО		17,92	14,48	74,57	517,48

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Поджарка из рыбы (без муки) 120	120	7,5	21,52	5,91	177,22
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Суп картофельный (без пассерования овощей) 300	300	0,49	2,13	15,55	75,13
Салат из свеклы с чесноком 100	100	6,03	1,63	9,22	97,67
Рис отварной 180	180	3,51	4,49	45,48	231,47
Фрикадельки мясные из п/ф 30	30	8,14	7,36	1,15	107,3
ИТОГО		30,78	39,36	118,96	910,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____

МЕНЮ 29.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004102

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с сахаром 180	180	0,37	0,53	14,55	63,65
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ЯЙЦО вареное 50	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Каша из хлопьев овсяных молочная жидкая 200	200	7,92	6,5	26,76	204,32
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
ИТОГО		19,01	15,58	74,06	529,65

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Тефтели мясные с рисом из п/ф 100	100	21,98	13,33	17,49	321,1
Щи из свежей капусты с картофелем (без пассерования овощей и томатной пасты) 300	300	0,32	1,77	8,76	45
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Салат "Обжорка" с мясом (без пассерования овощей, сухариков и огурцов) 100	100	9,15	7,2	9,9	150,75
Макаронные изделия отварные (безбелковые) 230	230	5,6	0,51	96,22	437,32
Соус томатный с овощами (без муки и сахара) 50	50	2,27	0,86	2,79	35,03
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
ИТОГО		50,56	33,51	177,77	1 300,16

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ИТОГО		18,41	3,4	64,39	436,85

Зав. производством: _____

МЕНЮ 14.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004091

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ЯЙЦО вареное 50	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Суп молочный с макаронными изделиями (безбелковыми) 250	250	5,26	4,82	31,01	190,66
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
ИТОГО		18,74	16,83	82,24	564,94

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Птица отварная 120	120	2,79	36,5	0,66	173,75
Картофель, запеченный дольками 200	200	5,52	4,94	37,81	220,68
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Салат Витаминный со сладким перцем 100	100	6,18	1,43	9,64	99,9
Уха Ростовская (без пассерования овощей) 300	300	2,18	7,88	12,95	102,94
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
ИТОГО		21,78	52,98	102,71	818,78

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____

МЕНЮ 15.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004092

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Каша из хлопьев овсяных молочная жидкая 200	200	7,92	6,5	26,76	204,32
ЯЙЦО вареное 50	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Чай с сахаром 180	180	0,37	0,53	14,55	63,65
ИТОГО		19,01	15,58	74,06	529,65

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Тефтели мясные с рисом из п/ф 100	100	21,98	13,33	17,49	321,1
Ши из свежей капусты с картофелем (без пассерования овощей и томатной пасты) 300	300	0,32	1,77	8,76	45
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Салат "Обжорка" с мясом (без пассерования овощей, сухариков и огурцов) 100	100	9,15	7,2	9,9	150,75
Макаронные изделия отварные (безбелковые) 230	230	5,6	0,51	96,22	437,32
Соус томатный с овощами (без муки и сахара) 50	50	2,27	0,86	2,79	35,03
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
ИТОГО		50,56	33,51	177,77	1 300,16

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ИТОГО		18,41	3,4	64,39	436,85

Зав. производством: _____

МЕНЮ 19.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004094

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
Чай с сахаром 180	180	0,37	0,53	14,55	63,65
ИТОГО		17,92	8,28	75,07	494,68

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Рыба запеченная 120	120	12,07	28,95	---	224,43
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Борщ из свежей капусты с картофелем (без пассерования овощей, сахара и томатного пюре) 300	300	0,31	1,99	10,85	54,15
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Салат Столичный 100	100	16,55	10,17	4,42	207,31
Овощное соте с морковью (без соевого соуса) 230	230	15,5	4,97	26,35	264,78
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
ИТОГО		55,67	55,92	84,23	1 061,63

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ИТОГО		22,62	8,45	57,33	466,7

Зав. производством: _____

МЕНЮ 13.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004090

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Пудинг творожный запеченный с бананом (без добавления сухарей и манной крупы) 200	200	24,3	35,36	27,64	470,7
Молоко сгущенное 20	20	0,88	1,34	10,04	53,44
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
ИТОГО		36,36	39,98	86,53	833,28

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Птица запеченная 100	100	4,9	31,94	1,12	176,34
Сельдь с луком 130	130	20,96	19,18	0,98	269,28
Картофельное пюре 125	125	4,06	2,75	18,22	120,42
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Суп картофельный с бобовыми (без пассерования овощей и сухарей из пшеничного хлеба) 300	300	0,66	4,46	17,96	95,62
Капуста цветная запеченная с чесноком 90	90	5,67	3	5,18	83,75
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
ИТОГО		47,49	71,17	86,07	1 056,37

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____

МЕНЮ 20.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004095

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Каша "Дружба" рисово-пшенная молочная жидкая 200	200	7,41	6,41	33,74	227,29
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ЯЙЦО вареное 50	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
ИТОГО		23,64	15,6	82,75	606,16

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Птица отварная 100	100	2,33	30,41	0,55	144,81
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат) 100	100	0,16	1	3,51	19,48
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Суп с макаронными изделиями безбелковыми (без пассерования овощей) 300	300	0,53	1,97	22,36	102,09
Птица отварная 30	30	0,7	9,12	0,16	43,42
Капуста тушеная (без муки, сахара и томатной пасты) 200	200	4,97	4,61	12,29	112,33
ИТОГО		13,8	49,64	86,3	667,96

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____

МЕНЮ 28.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004101

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Суп молочный с макаронными изделиями (безбелковыми) 250	250	5,26	4,82	31,01	190,66
ЯЙЦО вареное 50	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
ИТОГО		18,74	16,83	82,24	564,94

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Птица отварная 120	120	2,79	36,5	0,66	173,75
Картофель, запеченный дольками 200	200	5,52	4,94	37,81	220,68
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Салат Витаминный со сладким перцем 100	100	6,18	1,43	9,64	99,9
Уха Ростовская (без пассерования овощей) 300	300	2,18	7,88	12,95	102,94
ИТОГО		21,78	52,98	102,71	818,78

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____

МЕНЮ 06.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004087

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
ЯЙЦО вареное 50	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Каша "Дружба" рисово-пшенная молочная жидкая 200	200	7,41	6,41	33,74	227,29
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ИТОГО		23,64	15,6	82,75	606,16

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Птица отварная 100	100	2,33	30,41	0,55	144,81
Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат) 100	100	0,16	1	3,51	19,48
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Суп с макаронными изделиями безбелковыми (без пассерования овощей) 300	300	0,53	1,97	22,36	102,09
Птица отварная 30	30	0,7	9,12	0,16	43,42
Капуста тушеная (без муки, сахара и томатной пасты) 200	200	4,97	4,61	12,29	112,33
ИТОГО		13,8	49,64	86,3	667,96

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____

МЕНЮ 01.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-003663

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Каша из хлопьев овсяных молочная жидкая 200	200	7,92	6,5	26,76	204,32
ЯЙЦО вареное 50	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Чай с сахаром 180	180	0,37	0,53	14,55	63,65
ИТОГО		19,01	15,58	74,06	529,65

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Тефтели мясные с рисом из п/ф 100	100	21,98	13,33	17,49	321,1
Ши из свежей капусты с картофелем (без пассерования овощей и томатной пасты) 300	300	0,32	1,77	8,76	45
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Салат "Обжорка" с мясом (без пассерования овощей, сухариков и огурцов) 100	100	9,15	7,2	9,9	150,75
Макаронные изделия отварные (безбелковые) 230	230	5,6	0,51	96,22	437,32
Соус томатный с овощами (без муки и сахара) 50	50	2,27	0,86	2,79	35,03
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
ИТОГО		50,56	33,51	177,77	1 300,16

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ИТОГО		18,41	3,4	64,39	436,85

Зав. производством: _____

МЕНЮ 02.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-003664

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с сахаром 180	180	0,37	0,53	14,55	63,65
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Каша кукурузная молочная жидкая 200	200	6,83	5,4	27,27	192,15
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
ИТОГО		17,97	8,59	74,37	493,57

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Овощное ассорти 9 (томат, огурец) 100	100	0,19	0,9	3	17,31
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Суп с макаронными изделиями безбелковыми (без пассерования овощей) 300	300	0,53	1,97	22,36	102,09
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
Куриное филе в сметанном соусе (без муки) 120	120	23,48	15,41	4,55	291,16
ИТОГО		42,95	37,41	116,46	1 002,03

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Мороженое с пробиотиками 45	45	3,38	1,89	9,23	74,9
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ИТОГО		3,94	2,64	43,35	219,42

Зав. производством: _____

МЕНЮ 27.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004100

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
Пудинг творожный запеченный с бананом (без добавления сухарей и манной крупы) 200	200	24,3	35,36	27,64	470,7
Молоко сгущенное 20	20	0,88	1,34	10,04	53,44
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
ИТОГО		36,36	39,98	86,53	833,28

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Птица запеченная 100	100	4,9	31,94	1,12	176,34
Сельдь с луком 130	130	20,96	19,18	0,98	269,28
Картофельное пюре 125	125	4,06	2,75	18,22	120,42
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Суп картофельный с бобовыми (без пассерования овощей и сухарей из пшеничного хлеба) 300	300	0,66	4,46	17,96	95,62
Капуста цветная запеченная с чесноком 90	90	5,67	3	5,18	83,75
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
ИТОГО		47,49	71,17	86,07	1 056,37

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____

МЕНЮ 07.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004088

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с сахаром 180	180	0,37	0,53	14,55	63,65
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Молоко сгущенное 20	20	0,88	1,34	10,04	53,44
Пудинг творожный запеченный с изюмом (без добавления сухарей и манной крупы) 200	200	13,23	36,1	36,06	407,71
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
ИТОГО		25,25	40,63	93,2	762,57

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из белокочанной капусты с морковью 100	100	4,52	1,74	9,71	86,48
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Уха Ростовская (без пассерования овощей) 300	300	2,18	7,88	12,95	102,94
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Мясо отварное (говядина) 120	120	27,24	33,81	4,25	397,4
ИТОГО		46,51	50,71	102,08	1 029,75

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____

МЕНЮ 16.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004093

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с сахаром 180	180	0,37	0,53	14,55	63,65
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Каша кукурузная молочная жидкая 200	200	6,83	5,4	27,27	192,15
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
ИТОГО		17,97	8,59	74,37	493,57

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Овощное ассорти 9 (томат, огурец) 100	100	0,19	0,9	3	17,31
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Суп с макаронными изделиями безбелковыми (без пассерования овощей) 300	300	0,53	1,97	22,36	102,09
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
Куриное филе в сметанном соусе (без муки) 120	120	23,48	15,41	4,55	291,16
ИТОГО		42,95	37,41	116,46	1 002,03

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Мороженое с пробиотиками 45	45	3,38	1,89	9,23	74,9
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ИТОГО		3,94	2,64	43,35	219,42

Зав. производством: _____

МЕНЮ 12.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004089

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ЯЙЦО вареное 50	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
ИТОГО		23,01	14,28	76,98	572,13

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Салат Витаминный с яблоком 100	100	4,58	1,33	10,76	89,58
Макаронные изделия отварные (безбелковые) 130	130	3,19	0,29	54,45	247,67
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Мясо отварное (говядина) 90	90	20,43	25,36	3,19	298,07
Суп рисовый (без пассерования овощей и томатной пасты) 300	300	0,57	2,8	21,36	101,77
ИТОГО		40,01	39,62	132,37	1 048,05

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____

МЕНЮ 21.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004096

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с сахаром 180	180	0,37	0,53	14,55	63,65
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Молоко сгущенное 20	20	0,88	1,34	10,04	53,44
Пудинг творожный запеченный с изюмом (без добавления сухарей и манной крупы) 200	200	13,23	36,1	36,06	407,71
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
ИТОГО		25,25	40,63	93,2	762,57

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из белокочанной капусты с морковью 100	100	4,52	1,74	9,71	86,48
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Уха Ростовская (без пассерования овощей) 300	300	2,18	7,88	12,95	102,94
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Мясо отварное (говядина) 120	120	27,24	33,81	4,25	397,4
ИТОГО		46,51	50,71	102,08	1 029,75

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____

МЕНЮ 26.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004099

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ЯЙЦО вареное 50	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
ИТОГО		23,01	14,28	76,98	572,13

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Салат Витаминный с яблоком 100	100	4,58	1,33	10,76	89,58
Макаронные изделия отварные (безбелковые) 130	130	3,19	0,29	54,45	247,67
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Мясо отварное (говядина) 90	90	20,43	25,36	3,19	298,07
Суп рисовый (без пассерования овощей и томатной пасты) 300	300	0,57	2,8	21,36	101,77
ИТОГО		40,01	39,62	132,37	1 048,05

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____

МЕНЮ 23.05.2025

КГБОУ "Красноярская школа № 6"

Документ № НФНФ-004098

Школы 12 лет и старше безглютеновая диета

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Омлет натуральный 200	200	22,31	16,7	5,32	288,87
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
ИТОГО		33,49	19,98	54,17	598,01

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Сельдь с луком 130	130	20,96	19,18	0,98	269,28
Картофель отварной 110	110	3,65	2,12	16,24	106,29
Булочка "Боу де Кежо" 40	40	5,11	2,04	19,99	134,11
Мясо отварное (говядина) 90	90	20,43	25,36	3,19	298,07
Рассольник Ленинградский (без пассерования овощей, рис) 300	300	0,5	2,25	16,7	80,3
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
ИТОГО		56,78	58,75	79,72	1 064,9

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
ИТОГО		18,01	3,38	74,75	474,61

Зав. производством: _____