

А.В.П.
директор
Васи А.С.
 31.01.25 (дата)

СОГЛАСОВАНО
 (должность)
 (ФИО)
 (дата)

УТВЕРЖДАЮ
 (должность)
Н.В. Луговая
 (ФИО)
 (дата)

План-меню: Меню для детей с аллергией
Категория: Детский сад

День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша пшеничная жидкая на воде - 282	170	Каша ячневая на воде - 270	170	Макаронные изделия отварные - 432	170	Каша ячневая на воде - 270	170	Каша рисовая на воде - 283	170
Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200
Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30
Повидло б/н	5	Повидло б/н	5	Повидло б/н	5	Повидло б/н	5		
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
Соки овощные, фруктовые и ягодные - 532 (1)	180	Плоды свежие (яблоки) - 126 (1)	100	Компот из свежих плодов - 521	180	Напиток "Витошка" с витаминами - 631	180	Плоды свежие (яблоки) - 126 (1)	100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Сельдь с гарниром - 81	50	Салат из горошка зеленого консервированного - 10 М	50	Салат из белокочанной капусты с морковью - 3	50	Овощи натуральные (огурец) - 120 (2)	50	Салат из свеклы отварной - 60	50
Свекольник без сметаны - 145	180	Щи из свежей капусты без сметаны - 154	180	Суп картофельный без сметаны - 77М	180	Рассольник ленинградский без сметаны - 148	180	Суп картофельный с бобовыми (1-й вар.) - 158	180
Отварная говядина - 397	70	Азу - 375	200	Плов из отварной птицы - 416	200	Рыба, припущенная - 347	70	Котлеты, биточки, шницели - 391	70
Макаронные изделия отварные - 432	130	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Пюре из овощей на воде - 330М	130	Каша гречневая рассыпчатая - 252	130
Соус белый основной - 460	30	Хлеб ржаной - 123	30	Хлеб ржаной - 123	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Соус белый основной - 460	30
Хлеб пшеничный - 122	30	Компот из смеси сухофруктов - 522	180	Напиток из шиповника - 533	180	Хлеб ржаной - 123	30	Хлеб пшеничный - 122	30
Хлеб ржаной - 123	30					Кисель из сока натурального - 382 М	180	Хлеб ржаной - 123	30
Напиток из шиповника - 533	180							Компот из смеси сухофруктов - 522	180
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Кофейный напиток - 515	180	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200
Сдоба обыкновенная - 584	70	Биточки рисовые	100	Батон нарезной - 125	40	Булочка молочная - 580	70	Печенье - 604	70
Плоды свежие (яблоки) - 126 (1)		Повидло б/н	30	Повидло б/н	30	Салат из моркови		Плоды свежие (яблоки) - 126 (1)	

День 6		День 7		День 8		День 9		День 10	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша овсяная из хлопьев овсяных "Геркулес" на воде - 281	170	Каша "Дружба" на воде - 275	170	Каша ячневая на воде - 270	170	Каша гречевая на воде	170	Каша пшеничная на воде жидкая - 279	170
Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200
Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30
Повидло б/н	5	Повидло б/н	5	Повидло б/н	5	Повидло б/н	5		
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
Соки овощные, фруктовые и ягодные - 532 (1)	180	Компот из свежих плодов - 521	180	Напиток "Витошка" с витаминами - 631	180	Плоды свежие (яблоки) - 126 (1)	100	Плоды свежие (банан) - 126 (5)	100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из кукурузы (консервированной) - 12 М	50	Салат из горошка зеленого консервированного - 10 М	50	Салат картофельный - 86	50	Овощи натуральные (огурец) - 120 (2)	50	Салат из свежих помидоров - 21	50
Рассольник домашний без сметаны - 146	180	Уха с крупой - 167	180	Суп картофельный с макаронными изделиями - 161	180	Щи из свежей капусты без сметаны - 154	180	Борщ с капустой и картофелем без сметаны - 142	180
Гуляш из говядины - 378	80	Котлеты, биточки, шницели - 391	70	Птица отварная - 414	70	Запеканка картофельная с мясом или печенью - 291М	200	Биточки из кальмаров и рыбы - 272 М	70
Рис припущенный - 425	130	Макаронные изделия отварные - 432	130	Капуста тушеная - 435	130	Соус томатный	30	Рис отварной - 424	130
Хлеб пшеничный - 122	30	Соус томатный	50	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Соус основной - 448	50
Хлеб ржаной - 123	30	Хлеб пшеничный - 122	30	Хлеб ржаной - 123	30	Хлеб ржаной - 123	30	Хлеб пшеничный - 122	30
Компот из смеси сухофруктов - 522	180	Хлеб ржаной - 123	30	Компот из смеси сухофруктов - 522	180	Кисель из сока натурального - 382 М	180	Хлеб ржаной - 123	30
		Напиток из шиповника - 533	180					Компот из смеси сухофруктов - 522	180
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Кофейный напиток - 515	180	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 505	200	Кофейный напиток - 515	180
Шанежка с картофелем - 567	70	Батон нарезной - 125	40	Салат из моркови и яблок	70	Пирожки печеные из сдобного теста с фаршем - 557	70	Пряники - 603	70
		Повидло - б/н	30	Батон нарезной - 125	40			Плоды свежие (яблоки) - 126 (1)	