

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор

ООО «Комбинат школьного питания»

Промышленного района

Т. Н. Аврискина

2022 г.



«СОГЛАСОВАНО»

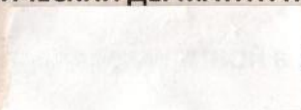
Заведующая МБДОУ «407»

2022 г.



ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДНЕВНОГО РАЦИОНА ПИТАНИЯ (код №165)

ДИАГНОЗ: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ. ПИЩЕВАЯ АЛЛЕРГИЯ.



Исключить: молочные продукты, мясо птицы.

(ЗАВТРАК, ВТОРОЙ ЗАВТРАК, ОБЕД, УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК)

Согласовано с родителями

«13» 11 2022 г.

Примечание: меню разработано в соответствии со сборником рецептов блюд и кулинарных изделий

для питания дошкольников (М. П. Могильный 2012 г.; 2017 г.; методические рекомендации МР 2.4.0162-19) на основании СанПин 2.3/2.4.3590-20

	Завтрак (гр.)		Второй завтрак (гр.)		Обед (гр.)		Уплотненный полдник (гр.)	
Неделя 1 день 1	Бутерброд с повидлом	30/20	Сок фруктовый..	100	Салат из квашеной капусты	50	Котлеты "Любительские"	80
	Каша пшённая жидкая на воде с растительным маслом	200			Суп картофельный с вермишелью и укропом	200/1	рыбные (без хлеба и молока)	
	Чай (с сахаром).	180/10			Плов из филе индейки (без моркови)	180	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	130
					Компот из сухофруктов	180	Чай с сахаром и лимоном.	200/11/7
Неделя 1 день 2	Бутерброд с повидлом	30/20	Напиток из апельсинов...	100	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	20
	Каша кукурузная на воде с маслом подсолнечным	200			Ржаной хлеб.	20	Яблоки свежие нарезка.	100
	Чай (с сахаром).	180/10			Суп овощной на бульоне с укропом.	200/1	Капуста тушёная белокочанная	150
					Котлеты из филе индейки рубленые	50	Напиток клюквенный школьный.	180
Неделя 1 День 3	Бутерброд с повидлом	30/20	Напиток из вишни.	100	Картофель отварной (без масла)	150	Хлеб пшеничный	20
	Икра кабачковая.	50			Напиток из шиповника.	180	Печенье "Ночка"	50
	Омлет на воде с маслом растительным	100			Хлеб пшеничный	30		
	Чай (с сахаром).	180/10			Ржаной хлеб.	20		
Неделя 1 день 4	Бутерброд с повидлом	30/20	Кисель из черной смородины (фруктово-ягодный).	100	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	200/1	Рыба тушёная с овощами и томатом	80
	Каша гречневая вязкая с маслом растительным.	150			Сердце тушёное с овощами (без томата)	60	Рис отварной с подсолнечным маслом.	150
	Чай (с сахаром).	180/10			Пюре гороховое с огурцом консервированным порционно	130/20	Кисель из натурального сока.	200
					Напиток из лимонов свежих	180	Хлеб пшеничный	20
Неделя 1 день 5	Бутерброд с повидлом	30/20	Компот из яблок свежих	100	Хлеб пшеничный	20	Крендель "Сахарный".	50
	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	200			Салат из белокочанной капусты с морковью.	50	Филе индейки отварное	50
	Чай (с сахаром).	180/10			Суп картофельный с пшеном, отварной рыбой с укропом	15/200/1	Макароны отварные с растительным маслом	150
					Биточки рубленые из индейки паровые	50	Напиток из вишни .	180
Неделя 1 день 6	Бутерброд с повидлом	30/20	Компот из яблок свежих	100	Картофельное пюре на отваре с маслом растительным	130	Хлеб пшеничный	30
	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	200			Компот из сухофруктов	180	Булочка "Домашняя".	50
	Чай (с сахаром).	180/10			Хлеб пшеничный.	40		
					Ржаной хлеб.	20		
Неделя 1 день 7	Бутерброд с повидлом	30/20	Компот из яблок свежих	100	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	Кабачковая икра	45
	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	200			Котлеты из говядины	40	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным	150
	Чай (с сахаром).	180/10			Каша перловая рассыпчатая с зеленым горошком.	130/20	Чай со смородиной	200
					Напиток из апельсинов.	180	Хлеб пшеничный	20
Неделя 1 день 8	Бутерброд с повидлом	30/20	Компот из яблок свежих	100	Хлеб пшеничный	30	Пряники	40
	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	200			Ржаной хлеб.	20		
	Чай (с сахаром).	180/10						

	Завтрак (гр.)		Второй завтрак (гр.)		Обед (гр.)		Уплотненный полдник (гр.)	
Неделя 2 день 6	Бутерброд с повидлом	30/20	Напиток из шиповника	100	Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом	200/1	Ежики Морские из рыбы.	60
	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным	200			Шницель из индейки (без хлеба и молока)	50	Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным	150
	Чай (с сахаром).	180/10			Каша гречневая вязкая с томатом свежим .	150/20	Кисель из вишни (фруктово-ягодный)	200
					Напиток клюквенный школьный.	180	Хлеб пшеничный	30
Неделя 2 день 7	Бутерброд с повидлом	30/20	Напиток из лимонов свежих.	100	Хлеб пшеничный.	40	Яблоки свежие нарезка.	100
	Салат из моркови с сахаром.	40			Ржаной хлеб.	20		
	Каша кукурузная на воде с маслом растительным	150			Суп полевой на бульоне с укропом	200/1	Икра кабачковая.	50
	Чай (с сахаром).	180/10			Филе индейки отварное	50	Макароны отварные с растительным маслом	150
Неделя 2 день 8			Напиток из чёрной смородины.	100	Рагу из овощей.	150	Чай со смородиной	200
	Бутерброд с повидлом	30/20			Компот из сухофруктов	180	Хлеб пшеничный	20
	Каша Дружба жидкая на воде с маслом растительным	200			Хлеб пшеничный	20	Печенье "Детское"	50
	Чай (с сахаром).	180/10			Ржаной хлеб.	20		
Неделя 2 день 9			Напиток из вишни .	100	Суп картофельный с клёцками и укропом	200/1	Филе индейки отварное	50
	Бутерброд с повидлом	30/20			Биточки рубленые из индейки паровые	50	Капуста тушеная	130
	Каша пшённая жидкая на воде с растительным маслом	200			Пюре гороховое с огурцом консервированным порционно	130/20	Хлеб пшеничный	30
	Чай (с сахаром).	180/10			Напиток из шиповника.	180	Напиток из апельсинов.	200
Неделя 2 день 10			Сок фруктовый..	100	Хлеб пшеничный	30	Булочка "Домашняя".	50
	Бутерброд с повидлом	30/20			Ржаной хлеб.	30		
	Яйцо отварное	40			Борщ из свежей капусты с картофелем на бульоне .	200	Оладьи из печени с соусом томатным.	70
	Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным.	150			Плов из филе индейки	180	Картофельное пюре на отваре с маслом подсолнечным	150
Неделя 2 день 10	Чай (с сахаром).	180/10	Сок фруктовый..	100	Напиток клюквенный школьный	180	Кисель фруктово-ягодный.	200
					Хлеб пшеничный.	40	Хлеб пшеничный	30
					Ржаной хлеб.	30	Пряники	40
					Рассольник Ленинградский с укропом	200/1	Филе индейки тушёное с овощами и томатом	80
Неделя 2 день 10			Сок фруктовый..	100	Тефтели мясные в томатном соусе.	80	Вермишель отварная с маслом растительным	150
					Каша гречневая вязкая, свекла отварная порционно .	130/30	Кисель из натурального сока	200
					Компот из изюма	180	Хлеб пшеничный	30
					Хлеб пшеничный	20	Сушки...	50
Неделя 2 день 10			Сок фруктовый..	100	Ржаной хлеб.	20		