

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор  
ООО «Комбинат школьного питания»

Промышленного района  
Т. Н. Аврискина

« 09 » сентября 2023 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заведующая МБДОУ « 407 »

« 11 » сентября 2023 г.



ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДНЕВНОГО РАЦИОНА ПИТАНИЯ (код №190)

ДИАГНОЗ: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ, ПЕРИОД НЕПОЛНОЙ РЕМИССИИ.

Исключить: молоко, говядину, глютен, пшено.

Можно: сыр, творог, сметана, сливочное масло, кисломолочные напитки.

(ЗАВТРАК, ВТОРОЙ ЗАВТРАК, ОБЕД, ПОЛДНИК, УЖИН)

Согласовано с родителями

Людмила С. И.  
« 11 » 09 2023 г.

Примечание: меню разработано в соответствии со сборником рецептур 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

Режим	Завтрак (гр.)		Второй завтрак (гр.)		Обед (гр.)		Уплотненный полдник(гр.)	
Неделя 1 день 1	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным и сахаром	150	Сок фруктовый..	100	Суп картофельный с зеленью.	200/1	Котлеты "Любительские" рыбные без муки и хлеба	90
	Чай (с сахаром).	180/10		Глов из мяса птицы .	200	Картофельное пюре на отваре с маслом сливочным		130
	Хлебцы безглютеновые с маслом сливочным	9/5		Компот из сухофруктов	180	Кисель фруктово-ягодный.		200
				Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9	Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте		9
Неделя 1 день 2	Каша кукурузная жидкая на воде с сахаром, маслом сливочным	200/5	Сок фруктовый..	100	Суп овощной на бульоне с укропом.	200/1	Вареники ленивые отварные со сгущенным молоком (с рисовой мукой)	150
	Чай (с сахаром).	180/10		Биточки рубленые куриные без хлеба и молока	50	Напиток клюквенный Школьный		200
	Хлебцы безглютеновые с сыром и маслом сливочным	9/5/10		Картофель отварной с маслом	150	Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте		9
				Напиток из шиповника.	180	Яблоки свежие нарезка.		100
		Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9					
Неделя 1 День 3	Икра кабачковая.	50	Напиток кисломолочный	100	Борщ из свежей капусты с картофелем и укропом	200/1	Рыба тушёная с овощами и томатом	80
	Омлет натуральный с маслом сливочным.	105		Тефтели куриные (с рисовой мукой)	50	Отварной рис.		150
	Хлебцы безглютеновые с маслом сливочным	9/5		Пюре гороховое, огурец свежий порционно	130/20	Кисель из натурального сока.		200
	Чай (с сахаром)	200/11		Напиток из лимонов свежих	180	Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте		9
		Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9					
Неделя 1 день 4	Каша кукурузная жидкая на воде с маслом сливочным	200/5	Кисель из чёрной смородины (фруктово-ягодный).	100	Суп картофельный с рыбой и зеленью	15/200/1	Филе куриное отварное.	50
	Чай (с сахаром).	180/10		Биточки рубленые куриные без хлеба и молока	50	Картофельное пюре на отваре с маслом сливочным		150
	Хлебцы безглютеновые с маслом сливочным	9/5		Каша гречневая вязкая с томатом свежим	150	Напиток из вишни		200
				Компот из сухофруктов	180	Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте		9
		Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9					
Неделя 1 день 5	Каша рисовая жидкая на воде с маслом сливочным.	200/5	Компот из свежих яблок	100	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком (с рисовой мукой)	150/15
	Чай (с сахаром).	180/10		Котлеты рубленые из птицы без хлеба и молока	50	Чай со смородиной		200
	Хлебцы безглютеновые с сыром и маслом сливочным	9/5/10		Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150	Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте		9
				Напиток из апельсинов.	180	Яблоки свежие нарезка.		100
		Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9					

Режим	Завтрак (гр.)		Второй завтрак (гр.)		Обед (гр.)		Уплотненный полдник(гр.)	
Неделя 2 день 6	Каша кукурузная жидкая на воде с маслом сливочным	200/5	Напиток из шиповника.	100	Суп картофельный с горохом на бульоне с укропом	200/1	Ёжики Морские из рыбы (без молока)	60
	Чай (с сахаром).	180/10		Шницель из птицы (без хлеба и молока)	50	Картофельное пюре на отваре с маслом сливочным.	130	
	Хлебцы безглютеновые с маслом сливочным	9/5		Каша гречневая вязкая с томатом свежим	150/20	Кисель из вишни (фруктово-ягодный)	200	
Неделя 2 день 7	Салат из моркови с сахаром.	40	Напиток из лимонов свежих.	100	Суп картофельный с зеленью.	200/1	Икра кабачковая.	50
	Запеканка рисовая с творогом со сметаной (без сухарей)	150		Птица тушеная с овощами со свежим огурцом	200/20	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150	
	Хлебцы безглютеновые с маслом сливочным	9/5		Компот из сухофруктов	180	Чай со смородиной	200	
	Чай (с сахаром).	180/10		Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9	Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9	
Неделя 2 день 8	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным и сахаром	150	Напиток из чёрной смородины.	100	Суп картофельный с зеленью.	200/1	Филе куриное отварное.	50
	Чай (с сахаром).	180/10		Колобки куриные с маслом сливочным	45	Гороховое пюре с маслом	130	
	Хлебцы безглютеновые с сыром и маслом сливочным	9/5/10		Картофель отварной с маслом	150	Напиток из апельсина.	200	
				Напиток из шиповника.	180	Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9	
Неделя 2 день 9	Каша кукурузная жидкая на воде с маслом сливочным	200/5	Напиток из вишни.	100	Борщ из свежей капусты с картофелем.	200	Котлеты рубленые из птицы без хлеба и молока	50
	Чай (с сахаром).	180/10		Плов из птицы с томатом свежим.	200/20	Картофельное пюре на отваре с маслом сливочным	150	
	Хлебцы безглютеновые с маслом сливочным	9/5		Напиток клюквенный школьный.	180	Кисель из натурального сока	200	
Неделя 2 день 10	Яйцо отварное	40	Напиток кисломолочный Снежок.	100	Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9	Рагу из мяса цыплят.	200
	Каша рисовая жидкая на воде с маслом сливочным	150/5		Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9	Напиток из вишни.	180	
	Хлебцы безглютеновые с маслом сливочным	9/5		Рассольник Ленинградский с рисом и укропом	200/1	Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9	
	Чай (с сахаром).	180/10		Тефтели куриные (с рисовой мукой)	50			
				Каша гречневая вязкая, свекла отварная порционно	130/30			
				Компот из изюма	180			
		Хлебцы хрустящие без глютена в ассортименте	9					