

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Солнышко»
Акифьева НВ



Примерное двухнедельное меню для воспитанников с пищевой непереносимостью №1

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК									
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 150	КАША ДРУЖБА 150	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ 150	КАША РИСОВАЯ 150	КАША ПШЕННАЯ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ 150	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 150	КАША ПШЕННАЯ 150	ВЕРМИШЕЛЬ 120	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 150
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
Чай 180	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 6 ЧАЙ	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 6 ЧАЙ 180	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 6 ЧАЙ	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 6 ЧАЙ	МАСЛО ЧАЙ 180	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 ЧАЙ	МАСЛО ЧАЙ 180	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 6 ЧАЙ 180	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 6 ЧАЙ 180
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
СОК 100	СОК 100 ФРУКТ 175	СОК 100	СОК 100 ФРУКТ 180	СОК 100	СОК 100	СОК 100 ФРУКТ 175	СОК 100	СОК 100 ФРУКТ 175	СОК 100
ОБЕД									
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 200	СУП ГОРОХОВЫЙ 200	БУЛЬОН МЯСНОЙ С ГРЕНКАМИ 200	СУП ОВОЩНОЙ 200	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ 200	СУП КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	СУП ОВОЩНОЙ 200	СУП ГОРОХОВЫЙ 200	ЩИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 200
РАГУ ОВОЩНОЕ 150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 120	ГРЕЧА 90	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120	ЕЖИКИ 100	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	РИС 120	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ 150	ГРЕЧА 90	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 150
КОТЛЕТА МЯСНАЯ 70	ОЛАДЫ ПЕЧЕНОЧНЫЕ 90	МЯСО ОТВАРНОЕ 50	ТЕФТЕЛИ 70/70	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ 180	МЯСО ОТВАРНОЕ 25	ТЕФТЕЛИ 90/90	СУФЛЕ ПЕЧЕНОЧНОЕ 60	ГУЛЯШ 35/35	НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ 180
ОВОЩИ СВЕЖИЕ 60	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 60	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 45	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 60	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 60	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 60	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 60	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 60	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 45	ОВОЩИ СВЕЖИЕ 60
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ 150	НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ 180	ЧАЙ 180	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ ГРУШ 150	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ПОЛДНИК									
ГРЕЧА 90	ВЫПЕЧКА 100	КОТЛЕТА МЯСНАЯ 70	МЯСО ОТВАРНОЕ 30	СЫР 22	ЕЖИКИ 100	ПИРОГ С НАЧИНКОЙ 100	КАША РИСОВАЯ 150	СЫР 15	КОТЛЕТА МЯСНАЯ 70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15
Чай 180		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	НАПИТОК ГРУШЕВЫЙ 180	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ 180	СОК 100	СОК 100	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ 180	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ 180