

УТВЕРЖДАЮ:

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МБДОУ – детский сад № 338

О.В. Никишева

Приказ от 09.01.2025 г. №8



Примерное 10-дневное меню для детей 1,5 – 3 лет с пищевыми аллергиями (безмолочное)

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5
Понедельник Завтрак 1. Каша пшеничная с безмолочная 150 2. Батон 25 3. Джем 15 4. Чай без сахара 150 10.00 ч. Сок 100 Обед: 1. Салат из отварного картофеля и зеленого горошка с растит. маслом 40 2. Суп рыбный с крупой 150 3. Жаркое по-домашнему с мясом 150 4. Компот из сухофруктов 150 5. Хлеб ржаной 25 6. Хлеб пшеничный 15 Полдник 1. Пудинг из крупы с яблоками (рисовый безмолочный) 130 2. Чай с сахаром 150 3. Хлеб пшеничный 10	Вторник Завтрак 1. Каша геркулесовая безмолочная 150 2. Батон 25 3. Чай с сахаром 150 10.00 ч. Фрукты 100 Обед: 1. Борщ (безмолочное меню) 150 2. Фрикадельки рыбные 60 3. Рату овощное 120 4. Хлеб ржаной 25 5. Хлеб пшеничный 15 6. Напиток из шиповника 150 Полдник 1. Салат из моркови и свежей капусты 60 2. Чай с сахаром и лимоном 150 3. Кондитерское изделие 25	Среда Завтрак 1. Каша пшеничная 150 2. Чай с сахаром 150 3. Батон 25 10.00 ч. Яблоко 100 Обед: 1. Ци с мясом 150 2. Печень по-строгановски 60 3. Макароны изделия 120 4. Компот из замороженных ягод 150 5. Хлеб ржаной 25 6. Хлеб пшеничный 15 Полдник 1. Картофель отварной 100 2. Икра кабачковая 40 3. Чай с сахаром и лимоном 150 Хлеб пшеничный 10	Четверг Завтрак 1. Каша манная 150 2. Чай с сахаром 150 3. Батон 25 10.00 ч. Сок фруктовый 100 Обед: 2. Суп-лапша на курином бульоне 150 3. Мясо кур отварное порционное (без кости) 50 4. Капуста тушеная 120 5. Компот из изюма 150 6. Хлеб ржаной 25 7. Хлеб пшеничный 15 Полдник 1. Салат из отварных овощей 40 2. Чай с сахаром 150 Хлеб пшеничный 10	Пятница Завтрак 1. Каша кукурузная 150 2. Чай с сахаром 150 3. Батон 25 10.00 ч. Яблоко 100 Обед: 1. Свекольник вегетарианский 150 2. Плов с мясом 200 3. Компот из чернославя 150 4. Хлеб ржаной 25 5. Хлеб пшеничный 15 Полдник 1. Салат из свежей моркови с сахаром 60 2. Чай с сахаром и лимоном 150 3. Хлеб пшеничный 10

День 6 Понедельник Завтрак 1. Каша ячневая 150 2. Батон 25 3. Чай с сахаром 150 10.00 ч. Сок фруктовый 100 Обед: 1. Суп крестьянский с мясом 150 2. Биточки мясные 60 3. Рагу из овощей 120 4. Кисель 150 5. Хлеб пшеничный 15 6. Хлеб ржаной 25 Полдник 1. Омлет безмолочный запеченный или паровой 110 2. Чай с сахаром 150 - Хлеб пшеничный 10	День 7 Вторник Завтрак 1. Каша «Дружба» 150 2. Чай с сахаром 150 3. Батон 25 10.00 ч. Яблоко 100 Обед: 1. Икра кабачковая 30 2. Суп овощной с мясом 150 3. Рыба тушеная с овощами 60 4. Рис припущенный с овощами 120 5. Компот из сухофруктов 150 6. Хлеб ржаной 25 7. хлеб пшеничный 15 Полдник 1. Макароны изделия отварные 110 2. Чай с лимоном и сахаром 150 3. Хлеб пшеничный 10	День 3 Среда Завтрак 1. Каша пшеничная 150 2. Чай с сахаром 150 3. Батон 25 10.00 ч. Яблоко 100 Обед: 1. Борщ с мясом 150 2. Бефстроганов из отварного мяса 60 3. Макароны изделия отварные 120 4. Компот из кураги 150 5. Хлеб ржаной 25 6. Хлеб пшеничный 15 Полдник 1. Салат из капусты с кукурузой 40 2. Чай с сахаром 150 3. Хлеб пшеничный 10	День 4 Четверг Завтрак 1. Каша кукурузная 150 2. Чай с сахаром 150 3. Батон 25 10.00 ч. Яблоки 100 Обед: 1. Суп-лапша 150 2. Котлета из мяса куры 60 3. Картофель отварной 120 4. Напиток из шиповника 5. Хлеб ржаной 25 6. Хлеб пшеничный 15 Полдник 1. Дйцо вареное 50 2. Зелёный горошек консервированный 30 3. Чай с сахаром 150 4. Хлеб пшеничный 10	День 5 Пятница Завтрак 1. Каша гречневая 150 2. Чай с сахаром 150 3. Батон 25 10.00 ч. Сок фруктовый 100 Обед: 1. Суп-пюре картофельный 150 2. Голубцы с мясом говядины и рисом 180 3. Компот из чернослива 150 4. Хлеб ржаной 25 5. Хлеб пшеничный 15 Полдник 1. Каша пшеничная 150 2. Чай с сахаром 150 3. Хлеб пшеничный 10
---	---	---	--	---

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279386

Владелец Никишева Ольга Васильевна

Действителен с 27.03.2025 по 27.03.2026