

**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ для детей с пищевой аллергией (летнее)**

утверждаю  
заведующий МАДОУ детского сада № 107  
*Машу*  
Г.И. Мантурова



день 1	день 2	день 3	день 4	день 5
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша геркулесовая 150/ 200 Чай с сахаром 150/200 Батон 25  10:00 сок 100	Каша пшеничная 150/ 200 Чай с сахаром 150/ 200 Батон 25  10:00 - фрукты 100	Каша пшеничная 150/200 Чай с сахаром 150/ 200 Батон 25  10:00 - фрукты 100	Каша манная 150/200 Чай с сахаром 150/ 200 Батон 25  10.00 – фрукты 100	Каша кукурузная 150/200 Чай с сахаром 150/200 Батон 25  10:00 –сок 150
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Помидор порционно 20/ 40 Суп рыбный с крупой 150/200 Жаркое с мясом 150/ 200 Компот из сухофруктов 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/ 40	Огурец свежий 20/40 Щи с мясом со 150/200 Печень тушеная 60 /80 Макаронные изделия отварные 120/ 150 Компот из замороженных ягод 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/ 20 Хлеб ржаной 25/40	Суп рассольник с мясом 150/200 Рыба тушеная ) 60/80 Картофель отварной 120/ 150 Компот из кураги 150/200 Хлеб пшеничный 15/ 20 Хлеб ржаной 25/40	Суп геркулесовый на курином бульоне 150/200 Кура порционная отварная 50/70 Свекла тушеная 120/150 Компот из изюма 150/200 Хлеб пшеничный 15/ 20 Хлеб ржаной 25/40	Помидор порционно 20/ 40 Свекольник с мясом 150/200 Плов с мясом 180/230 Компот из чернослива 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/ 40
<b>Уплотненный полдник</b>	<b>Уплотненный полдник</b>	<b>Уплотненный полдник</b>	<b>Уплотненный полдник</b>	<b>Уплотненный полдник</b>
Салат из капусты и моркови 40/60 Чай с сахаром 150/ 200 Хлеб пшеничный 10/ 15	Картофель отварной 80/100 Салат из помидоров с зеленью 40/60 Чай с лимоном , сахаром 150/200 Хлеб пшеничный 10/15	Салат из отварных овощей ( Венегрет )40/60 Чай с сахаром 150/ 200 Хлеб пшеничный 10	Салат из огурцов с зеленью 40/60 Чай с сахаром 150/ 200 Хлеб пшеничный 10/15	Салат из свежей моркови с сахаром 40/60 Чай с сахаром 150/200 Хлеб пшеничный 10/15
<b>день 6</b>	<b>день 7</b>	<b>день 8</b>	<b>день 9</b>	<b>день 10</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша ячневая 150/200 Чай с сахаром 150/200 Батон 25  10:00- сок 100	Каша ассорти 150/ 200 Чай с сахаром 150/200 Батон 25  10:00 –фрукты 100	Каша пшеничная 150/200 Чай с сахаром 150/200 Батон 25  10.00 – фрукты 100	Каша кукурузная 150/200 Чай с сахаром 150/200 Батон 25  10.00 – фрукты 100	Каша гречневая 150/200 Качай с сахаром 150/200 Батон 25  10.00 – сок 100
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Суп крестьянский с мясом , 150/200 Фрикадельки (биточек) из мяса 60/80 Рагу из овощей 120/150 Кисель 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/40	Икра кабачковая 20/ 30 Суп овощной мясом, 150/ 200 Рыба тушеная с овощами 60/ 80 Рис с овощами 120/ 150 Компот из с/фруктов 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/ 40	Помидор свежий порционно 20/40 Борщ с мясом 150/ 200 Гуляш из отварного мяса 60/ 80 Макаронные изделия отварные 120/ 150 Компот из кураги 150/ 200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/40	Суп лапша с мясом куры 150/ 200 Котлета из мяса куры 60/80 Картофель отварной 120/ 150 Напиток из шиповника 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/40	Суп пюре картофельный 150/200 Голубцы ленивые 180 200 Компот из чернослива 150/200 Хлеб пшеничный 15/20 Хлеб ржаной 25/40
<b>Уплотненный полдник</b>	<b>Уплотненный полдник</b>	<b>Уплотненный полдник</b>	<b>Уплотненный полдник</b>	<b>Уплотненный полдник</b>
Салат из свежей моркови с сахаром 40/ 60 чай с сахаром 150/200 Хлеб пшеничный 10	Салат из огурцов с зеленью 40/ 60 Чай с лимоном с сахаром 150/200 Хлеб пшеничный 10/15	Салат из капусты с кукурузой 40/60 Чай с сахаром 150/ 200 Хлеб пшеничный 10	Салат из помидор с зеленью 40/60 Чай с сахаром 150 200 Хлеб пшеничный 10/ 15	Каша пшеничная 150/200 Чай с сахаром 150/ 200 Хлеб пшеничный 10/ 15

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 176582781996954633309689447090513787464982389952

Владелец Мантурова Татьяна Игоревна

Действителен с 05.03.2024 по 05.03.2025