

Меню для детей, нуждающихся в диетическом питании

зимний период

Утверждено

приказом от 30.09.2024 № 123-о (в ред. пр. от 27.01.2025 № 6-о)

1 НЕДЕЛЯ

	Завтрак	2 Завтрак	Обед	Полдник	Ужин
Понедельник	Каша манная молочная (каша манная на воде; каша рисовая на воде) Кофейный напиток с молоком (чай с сахаром) Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) сыр порциями	Сок	Суп картофельный с бобовыми (горох) Салат из квашеной капусты Котлеты рубленые из птицы (птица отварная; мясо отварное) Каша гречневая рассыпчатая Хлеб ржаной Компот из ягод (чай)	Чай с молоком (чай с сахаром) Бутерброд с повидлом (хлеб пшеничный; повидло)	Омлет натуральный (мясо отварное; рыба отварная) Салат из свеклы Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) Чай
Вторник	Каша пшеничная молочная (каша пшеничная на воде) Чай с сахаром Бутерброд с маслом (бутерброд с сыром; хлеб пшеничный; хлеб ржаной; сыр)	Сок	Суп картофельный с макаронными изделиями (суп картофельный с мясом) Огурец соленый порц. Голубцы ленивые Хлеб ржаной Компот из сухофруктов (чай)	Кефир, йогурт, ацидолакт (чай) Вафли, печенье, сушки (хлеб пшеничный; хлеб ржаной)	Сырники из творога (рыба отварная; птица отварная, картофель отварной) Салат из кукурузы консерв. Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) Чай
Среда	Каша пшеничная молочная (каша пшеничная на воде; каша гречневая вязкая на воде) Кофейный напиток с молоком (чай с сахаром) Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) сыр порциями	Сок	Рассольник Ленинградский Салат из квашеной капусты Жаркое по-домашнему Хлеб ржаной Кисель из ягод (чай)	Какао с молоком (чай) Хлеб пшеничный	Запеканка из печени с рисом (мясо отварное; каша рисовая рассыпчатая) Соус томатный Плоды свежие Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) Чай
Четверг	Каша овсяная молочная (каша овсяная на воде) Чай с сахаром Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный; хлеб ржаной; сыр)	Сок	Борщ с капустой и картофелем Салат из соленых огурцов с луком Биточки рыбные (рыба отварная; птица отварная; мясо отварное) Пюре картофельное (картофель отварной) Хлеб ржаной Компот из свежих плодов (чай)	Кефир, йогурт, ацидолакт (чай) Вафли, печенье, сушки (хлеб пшеничный; хлеб ржаной)	Запеканка из творога (мясо отварное; птица отварная, каша рисовая рассыпчатая) Соус молочный (сладкий) Плоды свежие Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) Чай с лимоном (чай)
Пятница	Каша рисовая молочная (каша рисовая на воде) Кофейный напиток с молоком (чай с сахаром) Бутерброд с маслом (бутерброд с сыром; хлеб пшеничный; хлеб ржаной; сыр порциями)	Сок	Суп картофельный с рыбными фрикадельками (суп картофельный с мясом) Салат из свеклы Рулет мясной с луком и яйцом (котлеты рубленые; мясо отварное) Макароны отварные (каша гречневая рассыпчатая) Хлеб ржаной Компот из изюма (чай)	Чай с сахаром Булочка домашняя (печенье; вафли; сушки; хлеб пшеничный)	Рагу из овощей (капуста тушеная) Плоды свежие Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) Чай

2 НЕДЕЛЯ

	Завтрак	2 Завтрак	Обед	Полдник	Ужин
Понедельник	Каша овсяная молочная (каша овсяная на воде) Кофейный напиток с молоком (чай с сахаром) Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) сыр порциями	Сок	Суп картофельный с крупой Салат из квашеной капусты Котлеты рубленые (мясо отварное; птица отварная) Каша гречневая рассыпчатая Хлеб ржаной Компот из ягод (чай)	Молоко (чай с сахаром) Бутерброд с повидлом (хлеб пшеничный;	Омлет натуральный (птица отварная; рыба отварная) Салат из картофеля с солеными огурцами Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) Чай
Вторник	Каша рисовая молочная (каша рисовая на воде) Чай с сахаром Бутерброд с маслом (бутерброд с сыром; хлеб пшеничный; хлеб ржаной; сыр порциями)	Сок	Суп из овощей Огурец соленый порц. Биточки рыбные запеченные (рыба отварная; мясо отварное; птица отварная) Картофельное пюре с морковью (картофель отварной) Хлеб ржаной Компот из изюма (чай)	Кефир, йогурт, ацидолакт (чай) Вафли, печенье, сушки (хлеб пшеничный; хлеб ржаной)	Запеканка из творога (птица отварная; мясо отварное, каша гречневая рассыпчатая) Молоко стуженное Плоды свежие Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) Чай
Среда	Каша манная молочная (каша манная на воде; каша пшенная на воде) Кофейный напиток с молоком (чай с сахаром) Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) сыр порциями	Сок	Борщ с картофелем Салат из горошка зеленого консерв. Котлеты рубленые куриные (птица отварная; мясо отварное) Макароны отварные (картофель отварной) Хлеб ржаной Кисель из ягод (чай)	Какао с молоком (чай) Хлеб пшеничный	Капуста тушеная с мясом Плоды свежие Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) Чай
Четверг	Каша овсяная молочная (каша овсяная на воде) Чай с молоком (чай с сахаром) Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный; хлеб ржаной; сыр)	Сок	Щи зеленые Салат из свеклы Котлета рыбная любительская (рыба отварная; птица отварная) Пюре картофельное (картофель отварной) Хлеб ржаной Компот из свежих плодов (чай)	Кефир, йогурт, ацидолакт (чай) Вафли, печенье, сушки (хлеб пшеничный; хлеб ржаной)	Сырники из творога (мясо отварное, каша рисовая рассыпчатая) Плоды свежие Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) Чай с лимоном (чай)
Пятница	Каша пшенная молочная (каша пшенная на воде) Кофейный напиток с молоком (чай с сахаром) Бутерброд с маслом (бутерброд с сыром; хлеб пшеничный; хлеб ржаной; сыр порциями)	Сок	Борщ с капустой и картофелем Огурец соленый порционный Плов из птицы (плов из мяса) Хлеб ржаной Компот из сухофруктов (чай)	Чай с сахаром Булочка российская (печенье; вафли; сушки; хлеб пшеничный)	Рагу из овощей (картофель отварной) Плоды свежие Хлеб пшеничный (хлеб ржаной) Чай

При необходимости исключить молоко; сметану; яйцо; масло растительное; хлеб; булку; сахар; повидло; плоды свежие.

При необходимости заменить говядину на свинину; свинину на говядину; мясо птицы на говядину или свинину; масло сливочное на масло растительное.