



**План-меню: Меню диетическое для детей с 3х до 7 ми лет.период (зимний) Категория: Алергики**

5 мая 2025г.		ВЫХОД	ККАЛ	6 мая 2025г.		ВЫХОД	ККАЛ	7 мая 2025г.		ВЫХОД	ККАЛ	12 мая 2025г.		ВЫХОД	ККАЛ
День 6 (понедельник)				День 7 (вторник)				День 8 (среда)				День 1 (понедельник)			
ЗАВТРАК				ЗАВТРАК				ЗАВТРАК				ЗАВТРАК			
Каша на безлактозном молоке геркулесовая.		180	212,7	Суп на безлактозном молоке с крупой (пшено).		180	172	Каша на безлактозном молоке геркулесовая .		180	176,5	Каша гречневая с безлактозным молоком.		180	198
Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с повидлом.		50/15	79,6	Батон нарезной витаминизированный каратином.		50	131	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8.		50	99,5	Батон нарезной витаминизированный каратином.		50	131
Какао с безлактозным молоком.		200	74,61	Напиток "Витошка " витаминизированный .		200	0	Кофейный напиток с безлактозным молоком с сахаром.		200	85,86	Чай с сахаром .		200	35,8
<b>10:00</b>				<b>10:00</b>				<b>10:00</b>				<b>10:00</b>			
Сок фруктовый		200	110	Фрукты свежие нарезка.(банан)		100	96	Фрукты свежие нарезка.(яблоки)		100	96	Сок фруктовый		200	110
<b>ОБЕД</b>				<b>ОБЕД</b>				<b>ОБЕД</b>				<b>ОБЕД</b>			
Нарезка из лука.		20	8,2	Свекла отварная нарезанная соломкой(60), - 135		60	27,3	Суп гороховый на курином бульоне.		200	245,5	Нарезка из лука.		20	8,2
Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульон.		200	238,3	Щи на мясном бульоне.		200	176,1	Макаронные изделия отварные с маслом растительным.		150	207	Борщ на мясном бульоне.		200	231,3
Каша рисовая рассыпчатая диет.		150	184,6	Пюре картофельное .		150	183	Печень куриная тушеная .		80	218,4	Плов из мяса свинины.		200	429,4
Гуляш из мяса свинины .		80	342,2	Котлета из рыбы.		80	251,2	Компот из изюма витаминизированный.		200	73,48	Напиток "Витошка " витаминизированный.		200	0
Чай с сахаром.		200	35,8	Компот из сухофруктов (витаминизированный).		200	44,78	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).		30	59,7	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).		30	59,7
Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).		30	59,7	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8) .		30	59,7	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.		25	52,2	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.		25	52,2
Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8 .		50	52,2	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.		50	87								
<b>ПОЛДНИК</b>				<b>ПОЛДНИК</b>				<b>ПОЛДНИК</b>				<b>ПОЛДНИК</b>			
Ватрушки с начинкой		80	317,8	Каша манная на безлактозном молоке.		180	62,8	Яйцо отварное .		40	202				
Молоко безлактозное кипяченое.		200	120	Чай с сахаром.		200	35,8	Какао с безлактозным молоком.		200	82,9	Каша на безлактозном молоке геркулесовая.		180	212,2
Вода питьевая .		300	0	Кондитерское изделие		40	0	Батон нарезной витаминизированный каратином.		25	65,5	Кофейный напиток с безлактозным молоком с сахаром.		200	85,86
				Вода питьевая .		300	0	Вода питьевая - 375		300	0	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8		25	43,5
												Вода питьевая		300	0
												Кондитерское изделие		40	0

14 мая 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ	15 мая 2025г	ВЫХОД	ККАЛ	16 мая 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ	19 мая 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ	20 мая 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ
День 3 (среда)			День 4 (четверг)			День 5 (пятница)			День 6 (понедельник)			День 7 (вторник)		
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша пшенная на безлактозном молоке.	180	18,62	Суп на безлактозном молоке с крупой.	180	153,8	Каша ячневая на безлактозном молоке.	180	179	Каша на безлактозном молоке геркулесовая.	180	212,7	Суп на безлактозном молоке с крупой (пшено).	180	172
Батон нарезной витаминизированный каратиномс повидлом	50/15	104,8	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8.	50	49,75	Батон нарезной витаминизированный каратином.	50	131	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с повидлом.	50/15	79,6	Батон нарезной витаминизированный каратином.	50	131
Напиток "Витошка " витаминизированный	200	0	Кофейный напиток с безлактозным молоком с сахаром.	200	85,86	Чай с безлактозным молоком с сахаром.	200	74,22	Какао с безлактозным молоком.	200	74,61	Напиток "Витошка " витаминизированный .	200	0
<b>10:00</b>			<b>10:00</b>			<b>10:00</b>								
Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	Сок фруктовый.	200	110	Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	<b>10:00</b>			<b>10:00</b>		
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			Сок фруктовый	200	110	Фрукты свежие нарезка.(банан)	100	96
Суп картофельный с мясными фрикадельками.	200	296,3	Горошек зеленый консервированный.	60	33	Суп с лапшой домашней на мясном бульоне.	200	175	<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>		
Макаронные изделия отварные с маслом растительным.	150	207	Суп "Снежок" на курином бульоне.	200	100,2	Каша гречневая рассыпчатая.	150	174,6	Нарезка из лука.	20	8,2	Свекла отварная нарезанная соломкой(60), - 135	60	27,3
Шницель из рыбы.	80	199,3	Запеканка картофельная с мясом кури.	200	467,6	Суфле из мяса свинины.	80	209,8	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульон.	200	238,3	Щи на мясном бульоне.	200	176,1
Соус красный основной .	50	50,83	Соус красный основной.	50	50,83	Соус красный основной.	50	50,53	Каша рисовая рассыпчатая диет.	150	184,6	Пюре картофельное .	150	183
Чай с сахаром.	200	35,8	Кисель витаминизированный обед	200	36,08	Компот из яблок витаминизированный.	200	50,96	Гуляш из мяса свинины .	80	342,2	Котлета из рыбы.	80	251,2
Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	25	49,75	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	30	59,7	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	30	59,7	Чай с сахаром.	200	35,8	Компот из сухофруктов (витаминизированный).	200	44,78
Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	50	87	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	50	87	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	50	87	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	30	59,7	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8) .	30	59,7
Икра кабачковая (60), - 73	60								Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8 .	50	52,2	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	50	87
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>		
Яйцо отварное .	40	157,6	Каша рисовая на безлактозном молоке.	180	176,5	Суп на безлактозном молоке с крупой (манка)	180	151,3	Ватрушки с начинкой	80	317,8	Каша манная на безлактозном молоке.	180	62,8
Компот из изюма витаминизированный	200	73,48	Чай с сахаром	200	35,8	Напиток "Витошка " витаминизированный	0	65,5	Молоко безлактозное кипяченое.	200	120	Чай с сахаром.	200	35,8
Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	25	43,5	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	25	43,5	Гренки (сухарики) из батона .	65,5	0	Вода питьевая .	300	0	Кондитерское изделие	40	0
Вода питьевая	300	0	Вода питьевая - 375	300	0	Вода питьевая	0					Вода питьевая .	300	0

21 мая 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ	22 мая 2025г	ВЫХОД	ККАЛ	23 мая 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ	26 мая 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ	27 мая 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ
День 8 (среда)			День 9 (четверг)			День 10 (пятница)			День 1 (понедельник)			День 2 (вторник)		
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша на безлактозном молоке геркулесовая .	180	176,5	Каша пшеничная на безлактозном молоке.	180	185	Каша манная на безлактозном молоке.	180	202	Каша гречневая с безлактозным молоком.	180	198	Суп на безлактозном молоке с макаронными изделиями.	180	116,3
Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8.	50	99,5	Батон нарезной витаминизированный каратином с повидлом	50/15	104,8	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8.	50	49,75	Батон нарезной витаминизированный каратином.	50	131	Какао с безлактозным молоком.	200	99,5
Кофейный напиток с безлактозным молоком с сахаром.	200	85,86	Кисель.	200	36,08	Компот из сухофруктов .	200	44,78	Чай с сахаром .	200	35,8	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8.	50	74,61
									<b>10:00</b>			<b>10:00</b>		
<b>10:00</b>			<b>10:00</b>			<b>10:00</b>			Сок фруктовый	200	110	Фрукты свежие нарезка.(банан)	100	96
Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	Фрукты свежие нарезка.)(апельсины)	100	96	Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>		
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			Нарезка из лука.	20	8,2	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне.	200	27,3
Суп гороховый на курином бульоне.	200	245,5	Суп крестьянский с рисом на курином бульоне.	200	256,7	Свекольник на мясном бульоне.	200	33	Борщ на мясном бульоне.	200	231,3	Пюре картофельное .	150	241,8
Макаронные изделия отварные с маслом растительным.	150	207	Капуста тушеная (из свежей капусты) .	120	103,1	Жаркое по-домашнему с мясом свинины.	200	130	Плов из мяса свинины.	200	429,4	Зразы из мяса кури с яйцом.	80	183
Печень куриная тушеная .	80	218,4	Котлета из мяса кури.	80	235,5	Кисель(200) витаминизированный .	200	233,6	Напиток "Витошка " витаминизированный.	200	0	Компот из сухофруктов (витаминизированный).	200	467,7
Компот из изюма витаминизированный.	200	73,48	Напиток "Витошка " витаминизированный.	200	0	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	30	36,08	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	30	59,7	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	30	59,7
Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	30	59,7	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8) .	30	59,7	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	50	59,7	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	25	52,2	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	50	87
Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	25	52,2	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	25	87	Горошек зеленый консервированный .	60	87						
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>		
Яйцо отварное .	40	202	Каша на безлактозном молоке геркулесовая.	180	212,2	Макароны отварные с маслом растительным.	180	180,9	Каша на безлактозном молоке геркулесовая.	180	212,2	Каша манная на безлактозном молоке .	180	202
Какао с безлактозным молоком.	200	82,9	Батон нарезной витаминизированный каратином .	25	50,96	Чай с безлактозным молоком с сахаром .	200	74,22	Кофейный напиток с безлактозным молоком с сахаром.	200	85,86	Чай с сахаром	200	35,8
Батон нарезной витаминизированный каратином.	25	65,5	Чай с сахаром.	200	65,5	Батон нарезной витаминизированный каратином.	25	65,5	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	25	43,5	Вода питьевая	300	166,8
Вода питьевая - 375	300	0	Вода питьевая .	300	0	Вода питьевая .	300		Вода питьевая	300	0	Кондитерское изделие	40	0

28 мая 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ	29 мая 2025г	ВЫХОД	ККАЛ	30 мая 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ
День 3 (среда)			День 4 (четверг)			День 5 (пятница)		
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша пшенная на безлактозном молоке.	180	18,62	Суп на безлактозном молоке с крупой.	180	153,8	Каша ячневая на безлактозном молоке.	180	179
Батон нарезной витаминизированный каратиномс повидлом	50/15	104,8	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8.	50	49,75	Батон нарезной витаминизированный каратином.	50	131
Напиток "Витошка " витаминизированный	200	0	Кофейный напиток с безлактозным молоком с сахаром.	200	85,86	Чай с безлактозным молоком с сахаром.	200	74,22
<b>10:00</b>			<b>10:00</b>			<b>10:00</b>		
Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	Сок фруктовый.	200	110	Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>		
Суп картофельный с мясными фрикадельками.	200	296,3	Горошек зеленый консервированный.	60	33	Суп с лапшой домашней на мясном бульоне.	200	175
Макаронные изделия отварные с маслом растительным.	150	207	Суп "Снежок" на курином бульоне.	200	100,2	Каша гречневая рассыпчатая.	150	174,6
Шницель из рыбы.	80	199,3	Запеканка картофельная с мясом куры.	200	467,6	Суфле из мяса свинины.	80	209,8
Соус красный основной .	50	50,83	Соус красный основной.	50	50,83	Соус красный основной.	50	50,53
Чай с сахаром.	200	35,8	Кисель витаминизированный обед	200	36,08	Компот из яблок витаминизированный.	200	50,96
Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	25	49,75	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	30	59,7	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	30	59,7
Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	50	87	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	50	87	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	50	87
Икра кабачковая (60), - 73	60							
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>		
Яйцо отварное .	40	157,6	Каша рисовая на безлактозном молоке.	180	176,5	Суп на безлактозном молоке с крупой (манка)	180	151,3
Компот из изюма витаминизированный	200	73,48	Чай с сахаром	200	35,8	Напиток "Витошка " витаминизированный	0	65,5
Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	25	43,5	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	25	43,5	Гренки (сухарики) из батона .	65,5	0
Вода питьевая	300	0	Вода питьевая - 375	300	0	Вода питьевая	0	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 115325922318594162224631579063447765997006712125

Владелец Тактаева Ольга Николаевна

Действителен с 08.07.2024 по 08.07.2025