



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	12 мая 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ
День 6 (понедельник)			День 7 (вторник)			День 8 (среда)			День 1 (понедельник)			День 2 (вторник)		
ЗАВТРАК			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	Суп на безлактозном молоке макаронными изделиями.	180	116,3
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	99,5
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	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8.	50	74,61
10:00			10:00			10:00			10:00			10:00		
Сок фруктовый	200	110	Фрукты свежие нарезка.(банан)	100	96	Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	Сок фруктовый	200	110	Фрукты свежие нарезка.(банан)	100	96
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Нарезка из лука.	20	8,2	Свекла отварная нарезаная соломкой(60), - 135	60	27,3	Суп гороховый на курином бульоне.	200	245,5	Нарезка из лука.	20	8,2	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне.	200	27,3
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	Пюре картофельное .	150	241,8
Каша рисовая рассыпчатая диет.	150	184,6	Пюре картофельное .	150	183	Печень куриная тушеная .	80	218,4	Плов из мяса свинины.	200	429,4	Зразы из мяса куры с яйцом.	80	183
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	Компот из сухофруктов (витаминизированный).	200	467,7
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 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	87
Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8 .	50	52,2	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8.	50	87									
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК								
Ватрушки с начинкой	80	317,8	Каша манная на безлактозном молоке.	180	62,8	Яйцо отварное .	40	202	ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
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	Каша манная на безлактозном молоке .	180	202
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	Чай с сахаром	200	35,8
			Вода питьевая .	300	0	Вода питьевая - 375	300	0	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	25	43,5	Вода питьевая	300	166,8
									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
10:00			10:00			10:00								
Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	Сок фруктовый.	200	110	Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	10:00			10:00		
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			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	ОБЕД			ОБЕД		
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 нарезаная 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
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
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
									10:00			10:00		
10:00			10:00			10:00			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	ОБЕД			ОБЕД		
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			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 куры с яйцом.	80	183
Печень куриная тушеная .	80	218,4	Котлета из мяса куры.	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						
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
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		
10:00			10:00			10:00				
Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	Сок фруктовый.	200	110	Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96		
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД				
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									
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК				
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