

№ 1

Получено 10.05.2010

Утверждено:
Директор ООО
"Компаниза общественного питания"
"09" января 2023 год
О.Ю. Козирева

Приложение к Примерному циклическому 20 - дневному меню МДОУ общеразвивающего вида БГО на 2023 год

Наименование блюда											
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда (основное меню)	Выход блюда, г.	Лактазная недостаточность (разрешено кисломолочные продукты)	Лактазная недостаточность	Лактазная недостаточность (исключить любую выпечку)	Лактазная недостаточность (исключить курицу, морепродукты, цитрусовые)	Пищевая аллергия (рыба, банан)	Пищевая аллергия (яйца, сельдь, пшеничные)	Непереносимость глютена	Лактазная недостаточность, непереносимость глютена**	
День 1											
Завтрак	Варенишки в молоке с маслом сливочным	160	200	Макаронные изделия отварные с раст. м.					каша протертая молочная с маслом сливочным	каша протертая вязкая молочная с маслом сливочным	
	Чай с молоком	170	180					Чай с сахаром	Чай с сахаром		
	Бутерброд с маслом и сыром	20/5/4	30/5/6					Безглютеновые	Безглютеновые		
								Ябло отварное	Ябло отварное		
10.00	Сок фруктовый в асортименте	100	100	Ябло отварное							
Обед	Салат из свежей капусты с луком	40	50								
	Суп "Воина" со сметаной	165	195	Суп "Воина" без сметаны					Суп "Воина" без сметаны	Суп "Воина" без сметаны	
	Котлета Лёгкая из свинины	50	70						биточки из свинины с рисовой мукой		
	Каша рисовая рассыпчатая	100	130								
	Соус томатный	20	20								
	Компот из сухофруктов	170	180						без соуса		
	Хлеб Крестынский обогащенный	20	25								
	"Валетек 8"	25	30								
Подлинник	Омлет с картофелем (запеченный)	80	100	картофель отварной с раст. м.					хлебцы безглютеновые	картофель отварной с раст. м.	
	Чай с лимоном	150/5	180/5				чай с сахаром				
	Хлеб Крестынский обогащенный	20	20						чай с сахаром		
	"Валетек 8"	20	20								
День 2									хлебцы безглютеновые		
Завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150/5	200/5	Каша пшенная на воде с раст. м.					каша пшенная молочная с маслом сливочным	Каша пшенная на воде с раст. м.	
	Кофейный напиток с молоком	150	180						чай с сахаром		
	Бутерброд с сыром	20/5	30/5	батон с повидлом						Хлебцы безглютеновые	

[illegible]

Суп-лапша на курином бульоне (с мясом кур)	150	200	Суп-лапша на курином бульоне (с мясом кур)	Уха рыбачья		Уха рыбачья
Колбаски "Витаминные"	60	70		Котлеты из свинины		Кура отварная
Капустя тушеная	100	130				Капустя тушеная (без добавления муки)
Компот из сухофруктов	150	180				
Хлеб Крестянский обогащенный	25	30				
"Валетек 8"	20	25				
Хлеб Дарницкий ржаной обогащенный	20	25				
"Валетек 8"	50	50				
Ватрушка с картофелем	150	200				
Молоко кипяченое			Кисель из яблок	булочка дорожная		хлебцы безглютеновые хлебцы безглютеновые кисель из яблок
ДЕНЬ 5						
Запеканка творожная с яблоками	150/5	200/5	Капша геркулесовая на соке			капша гречневая молочная с маслом сливочным
Чай с молоком	180	200	Чай с сахаром			капша гречневая вязкая с раст.м.
Бутерброд с маслом	20/5	30/5	Батон с повидлом			Чай с сахаром
Фрукты в ассортименте	100	100	Ябло отварное			Хлебцы безглютеновые ябло отварное
с растительным маслом, соевым маслом и растительным маслом	40	50				
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	150/5	200/5				
Рис из мяса кур	150	180	Борщ без сметаны	Жаркое из свинины		Борщ без сметаны
Наливочка из шиповника	150	200				
Хлеб Крестянский обогащенный	20	25				
"Валетек 8"	25	30				
Хлеб Дарницкий ржаной обогащенный	50	50				
"Валетек 8"	150	200				
Ватрушка						
Молоко кипяченое						
ДЕНЬ 6						
Запеканка творожная с яблоками	150/5	200/5	Капша геркулесовая на соке			капша гречневая молочная с маслом сливочным
Чай с сахаром	150	180	Чай с сахаром			капша гречневая вязкая с раст.м.
Бутерброд с маслом	20/5	30/5	Батон с повидлом			Чай с сахаром
Фрукты в ассортименте	100	100	Ябло отварное			Хлебцы безглютеновые ябло отварное
с растительным маслом, соевым маслом и растительным маслом	40	50				
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	150/5	200/5				
Рис из мяса кур	150	180	Борщ без сметаны	Жаркое из свинины		Борщ без сметаны
Наливочка из шиповника	150	200				
Хлеб Крестянский обогащенный	20	25				
"Валетек 8"	25	30				
Хлеб Дарницкий ржаной обогащенный	50	50				
"Валетек 8"	150	200				
Ватрушка						
Молоко кипяченое						
ДЕНЬ 7						
Запеканка творожная с яблоками	150/5	200/5	Капша геркулесовая на соке			капша гречневая молочная с маслом сливочным
Чай с сахаром	150	180	Чай с сахаром			капша гречневая вязкая с раст.м.
Бутерброд с маслом	20/5	30/5	Батон с повидлом			Чай с сахаром
Фрукты в ассортименте	100	100	Ябло отварное			Хлебцы безглютеновые ябло отварное
с растительным маслом, соевым маслом и растительным маслом	40	50				
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	150/5	200/5				
Рис из мяса кур	150	180	Борщ без сметаны	Жаркое из свинины		Борщ без сметаны
Наливочка из шиповника	150	200				
Хлеб Крестянский обогащенный	20	25				
"Валетек 8"	25	30				
Хлеб Дарницкий ржаной обогащенный	50	50				
"Валетек 8"	150	200				
Ватрушка						
Молоко кипяченое						
ДЕНЬ 8						
Запеканка творожная с яблоками	150/5	200/5	Капша геркулесовая на соке			капша гречневая молочная с маслом сливочным
Чай с сахаром	150	180	Чай с сахаром			капша гречневая вязкая с раст.м.
Бутерброд с маслом	20/5	30/5	Батон с повидлом			Чай с сахаром
Фрукты в ассортименте	100	100	Ябло отварное			Хлебцы безглютеновые ябло отварное

[illegible]

Листовая овощная смесь									
Хлеб Дарницкий ржаной обогащенный		25	30						сок фруктовый***
"Валетек 8"		150	200		сок фруктовый				сок фруктовый***
Молоко кипяченное		50	50		печенье				сок фруктовый***
Шинка со сметаной		50	50		Булочка Валушка			Булочка Валушка	хлебцы безглютеновые
ДЕНЬ 9									
Завтрак		Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	200	Каша гречневая на воде с маслом растительным чай с сахаром				Каша гречневая на воде с маслом растительным чай с сахаром
		Чай с молоком	180	200					Чай с сахаром
10.00		Бутерброд с маслом	20/5	30/5	Бутерброд с маслом батон с повидлом				хлебцы безглютеновые***
		Сок фруктовый в ассортименте	100	100					Свекольник без сметаны
Обед		Свекольник со сметаной	150/5	200/5	Свекольник без сметаны				
		Запеканка картофельная с печенью	160	180					
		Соус сметанный	20	20	соус томатный				
		Напиток из шиповника	150	200					
		Хлеб Крестьянский обогащенный	20	25					хлебцы безглютеновые
		"Валетек 8"	25	30					
		Хлеб Дарницкий ржаной обогащенный	25	30					
		"Валетек 8"	150	180					
Полдник		Чай с сахаром	70	80	Пудинг творожно-манный				Шарлотка творожная с яблоками (мука рисовая)
		Пудинг творожно-манный			Котлета рыбная				Котлета рыбная
ДЕНЬ 10									
					Рис пропаренный с растительным маслом				Рис пропаренный с растительным маслом
Завтрак		Каша манная молочная с маслом сливочным	150/5	180/5	каша гречневая вязкая с маслом растительным				каша гречневая молочная с маслом сливочным
		Какао с молоком	150	180	Чай с сахаром				каша гречневая вязкая с маслом растительным чай с сахаром
		Бутерброд с сыром	20/5	30/5	Бутерброд с сыром батон				хлебцы безглютеновые
10.00		Яблоки печеные	100	100					
Обед		Салат из тертой моркови с яблоками*	40	50					
		Суп картофельный "Вегетарианский" со сметаной	150/5	200/5	Суп картофельный "Вегетарианский" без сметаны				Суп картофельный "Вегетарианский" без сметаны
		Фрикадельки из мяса кур	50	70	Котлета детская из свинины				
		Соус молочный	20	20	соус белый основной				кура отварная
		Каша рисовая рассыпчатая	100	130	каша рисовая рассыпчатая с маслом растительным				каша рисовая рассыпчатая с маслом растительным
		Компот из свежих плодов (яблоки)	150	180					
		Хлеб Крестьянский обогащенный	20	25					
		"Валетек 8"							

[illegible]

[illegible]

Завтрак	Каша "ассорти" (гречка/рис, греча) Молочная с маслом сливочным	150/5	200/5	каша гречневая вязкая с маслом растительным				Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	каша гречневая вязкая с маслом растительным
	Чай с лимоном	180/5	180/5						
	Бутерброд с маслом	20/5	30/5	батон с повидлом				чай с сахаром	
10:00	Сок фруктовый в асортименте	100	100						
Обед	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с растительным маслом, соевым соусом и растительным маслом	30	40						
	Суп "Волна" со сметаной	150/5	200/5	суп Волна без сметаны					Суп Волна без сметаны
	Мисо кур отварное	5	5						
	Тертые рыбные	60	70						
	Соус молочный	20							
	Макаронные изделия отварные	100	130	Макаронные изделия отварные с маслом растительным					рыба припущенная без соуса
	Напиток апельсиновый	150	200	Компот из яблок				Компот из яблок	картофель отварной
	Хлеб Крестявский обогащенный	20	25						
	"Валетек 8"	25	30						
	Хлеб Дарницкий ржаной обогащенный	25	30						
Поданник	Молоко кипяченое	150	200	сок фруктовый					хлебцы безглютеновые
	Бисквит яблочный	50	50	Булочка Веселуха печенье					сок фруктовый***

ДЕНЬ 16

Завтрак	Каша манная мелочная с маслом сливочным	150/5	200/5	каша кукурузная вязкая с маслом растительным				каша кукурузная молочная с маслом сливочным	каша кукурузная вязкая с маслом растительным
	Бутерброд с маслом	20/5	30/5	батон					хлебцы безглютеновые***
10:00	Сок фруктовый в асортименте	150	180						
Обед	Икра ошощная морковная	30	40						
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200						Суп картофельный с пшеном
	Мисо кур отварное	5	5						
	Котлета Лисская из свинины	50	70						Пожарка из свинины
	Соус молочный	20	20	соус томатный					
	Каша рисовая рассыпчатая	100	130	каша рисовая рассыпчатая с маслом растительным					каша рисовая рассыпчатая с маслом растительным
	Компот из сухофруктов	150	180						
	Хлеб Крестявский обогащенный	20	25						
	Хлеб Дарницкий ржаной обогащенный	20	30						хлебцы безглютеновые
Поданник	Рогалик с яблоком	50	50	Булочка Веселуха с маком					хлебцы безглютеновые
	Молоко кипяченое	150	200	сок фруктовый					сок фруктовый***
ДЕНЬ 17									
Завтрак	Каша "Ассорти" (греча + рис) молочная с маслом сливочным	150/5	200/5	каша гречневая вязкая с маслом растительным					каша гречневая вязкая с маслом растительным

	Какао с молоком	180	200						чай с сахаром	
10:00	Яблоки печеные	100	100							
Обед	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	30	40							
	Суп "Волна" со сметаной	150/5	200/5						Суп "Волна" со сметаной	Суп "Волна" без сметаны
	Запеканка картофельная с печенью	160	180							
	Суп молочный	20	20							
	Компот из сухофруктов	150	180							
	Хлеб Крестянский обогащенный									
	"Валетек 8"	25	25							
	Хлеб Дарницкий ржаной обогащенный									
	"Валетек 8"	20	30							
Полдник	Сдоба обыкновенная	50	50							
	Чай с молоком	150	180						хлебцы безглютеновые	хлебцы безглютеновые
ДЕНЬ 20									чай с сахаром	чай с сахаром
Завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150/3	190/5							каша пшенная на воде с раст. м
	Бутерброд с повидлом	20/5	30/7							хлебцы безглютеновые
	Чай с сахаром	150	180							***
10:00	Сок фруктовый и ассортименте	100	100							
Обед	Салат из отв. картофеля, моркови с луком с раст. маслом	30	40							
	Щи из свежей капусты со сметаной	150/5	200/5							Щи из свежей капусты без сметаны
	Шницель из птицы	70	80							
	Пюре картофельное	100	130							Полжарка из свинины
	Напиток апельсиновый	150	200							Картофель отварной с растительным маслом
	Хлеб Крестянский обогащенный									Компот из яблок
	"Валетек 8"	25	30							
	Хлеб Дарницкий ржаной обогащенный									
	"Валетек 8"	20	25							
Полдник	Чай с молоком	150	180							
	Сырники из творога с морковью	50	50							хлебцы безглютеновые
	Суп молочный сладкий	20	20							сырники из творога без муки
										чай с сахаром
										рыба отварная
										картофель отварной

блюда по основному меню

Примечание: выход порции определяется возрастной группой.

** по справке ВКК приготовление напитков без сахара

*** по справке ВКК замена сока фруктового на отвар шиповника без сахара