

Согласовано:
Директор МАОУ-
лицей №13 г. Краснообск
Юр. А.В. Зиньковичев



"Утверждаю"
Директор
ООО "КП" "Левобережный"
Ю.Б. Перетяткевич
2020 г.

Примерное двухнедельное меню для питания детей с наследственным заболеванием целиакия, обучающихся в общеобразовательных учреждениях, обслуживаемых ООО "КП "Левобережный"

Возраст: 7-11 лет

Согласовано:
родитель (законный представитель)
обучающегося АБ Мама
МАОУ-лицей №13 г. Краснообск
Уф. Ковтун А.Н.
06.11.2020

Наименование блюд изделий	Выход, гр.	Наименование блюд изделий	Выход, гр.
1 НЕДЕЛЯ		2 НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК			
Завтрак			
			200
Каша гречневая молочная жидкая	200	Каша гречневая молочная жидкая	200/15/7
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	70
Хлеб безглютеновый	70	Хлеб безглютеновый	
Обед			
			60
Салат "Обской"	60	Салат "Обской"	250
Свекольник вегетарианский	250	Свекольник вегетарианский	200
Плов из риса с отварным мясом	200	Плов из риса с отварным мясом	200
Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	Компот из смеси сухофруктов	60
Хлеб безглютеновый	60	Хлеб безглютеновый	
Полдник			
			160
Яблоки печеные	160	Яблоки печеные	
ВТОРНИК			
Завтрак			
			180
Пюре из свеклы и яблок	180	Пюре из свеклы и яблок	200/15
Чай с сахаром	200/15	Чай с сахаром	70
Хлеб безглютеновый	70	Хлеб безглютеновый	
Обед			
			60
Салат из свежих помидоров	60	Салат из свежих помидоров	250
Рассольник ленинградский с рисом	250	Рассольник ленинградский с рисом	90
Куры отварные	90	Куры отварные	126
Макаронные изделия отварные	126	Макаронные изделия отварные	200
Компот из смеси сухофруктов	200	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	60
Хлеб безглютеновый	60	Хлеб безглютеновый	
Полдник			
			30
Хлебные палочки	30	Хлебные палочки	200
Молоко кипяченое	200	Молоко кипяченое	
СРЕДА			
Завтрак			
			50
Яйцо вареное	50	Яйцо вареное	

Чай с молоком и сахаром	200/15	Чай с молоком и сахаром	200/15
Хлеб безглютеновый	70	Хлеб безглютеновый	70
Обед			
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60
Щи из свежей капусты вегетарианские	250	Щи из свежей капусты вегетарианские	250
Мясо отварное в бульоне	105	Мясо отварное в бульоне	105
Каша гречневая рассыпчатая	150	Рис отварной рассыпчатый с маслом	150
Компот из плодов или ягод сушеных (чернослив)	200	Компот из свежих яблок	200
Хлеб безглютеновый	60	Хлеб безглютеновый	60
Полдник			
Вафли безглютеновые	30	Вафли безглютеновые	30
Сок персиковый	200	Сок персиковый	200
ЧЕТВЕРГ			
Завтрак			
Каша пшеничная молочная жидкая	200	Каша "Дружба" молочная жидкая	200
Чай с сахаром	200/15	Чай с сахаром	200/15
Хлеб безглютеновый	70	Хлеб безглютеновый	70
Обед			
Икра свекольная	55	Салат из свеклы с растительным маслом	60
Суп картофельный с крупой (рис)	250	Суп картофельный с крупой (гречка)	250
Рыба (горбуша) припущенная	50	Рыба (горбуша) припущенная	50
Пюре картофельное	120	Пюре картофельное	120
Отвар шиповника с сахаром	200	Отвар шиповника с сахаром	200
Хлеб безглютеновый	60	Хлеб безглютеновый	60
Полдник			
Хлебные палочки	30	Хлебные палочки	30
Молоко кипяченое	200	Молоко кипяченое	200
ПЯТНИЦА			
Завтрак			
Пюре из моркови и яблок	180	Пюре из моркови и яблок	180
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7
Хлеб безглютеновый	70	Хлеб безглютеновый	70
Обед			

Помидоры свежие	60	Огурцы свежие	60
Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	250	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	250
"Сардельки" мясные паровые	90	"Сардельки" мясные паровые	90
Морковь припущенная	130	Каша гречневая рассыпчатая	150
Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200
Хлеб безглютеновый	60	Хлеб безглютеновый	60
Полдник			
Яблоки печеные	160	Яблоки печеные	160
СУББОТА			
Завтрак			
Каша "Дружба" молочная жидкая	200	Каша пшеничная молочная жидкая	200
Чай с молоком и сахаром	200/15	Чай с молоком и сахаром	200/15
Хлеб безглютеновый	70	Хлеб безглютеновый	70
Обед			
Салат из свеклы с растительным маслом	60	Икра свекольная	55
Суп картофельный с крупой (гречка)	250	Суп картофельный с крупой (рис)	250
Пюре из отварного мяса в бульоне	105	Пюре из отварного мяса в бульоне	105
Рис отварной рассыпчатый с маслом	150	Морковь припущенная	130
Компот из свежих яблок	200	Компот из плодов или ягод сушеных (чернослив)	200
Хлеб безглютеновый	60	Хлеб безглютеновый	60
Полдник			
Печенье безглютеновое	30	Печенье безглютеновое	30
Сок абрикосовый	200	Сок абрикосовый	200

Технолог

Боб

Э.Ю. Бобровникова