

Согласовано:

Директор МБОУ «ОК «Старт УМ»

И.С.Г.



Т.В.Солдатова

Родитель:

()

Утверждаю:

Ген. директор ООО «Фабрика социального питания 1»



Д.С.Семикопенко

**Индивидуальное меню
для ученика 1 класса
(гипоаллергенная диета)**

Меню Биглида Оливия Игоревна (исключить пшеницу)

1 неделя

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
--------	--------	--------	--------	--------

Завтрак

Макароны отварные с сыром (б/глютена) 150	Суфле куриное, запеченное со сметаной 100	Каша жидкая молочная рисовая с маслом 150/5	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом слив. 150/5	Запеканка из творога со ступеным молоком 100/10 (без муки и крупы манной)
Йогурт 100	Огурец свежий 30/	Печенье б/глютена 20	Сыр порц 20	Масло сливочное порц 10
Фрукт (яблоко) 150	Икра кабачковая 40	Хлеб б/глютена 20	Хлеб б/глютена 20	Хлеб б/глютена 20
Чай с сахаром 200/15	Хлеб б/глютена 20	Масло шоколадное порц 10	Фрукт (яблоко) 150	Чай с сахаром 200/15
Печенье б/глютена 20	Масло сливочное порц 10	Чай с сахаром 200/15	Какао с молоком 200	Молоко пак 200
	Чай с сахаром и лимоном 200/7/15			

Обед

Огурец свежий 60/	Салат из свежих помидоров и огурцов 60/	Салат из свежлы с сыром 60	Кукуруза консервированная 30	Салат из капусты б/к 60
Огурец соленый 60	Помидор соленый 60	Суп картофельный с горохом 200	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной 200/10	Солянка "Школьная" 200
Суп картофельный рисовой крупой 200 (бульон)	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной 200/10	Рыба, тушеная с овощами 80/30	Спагетти с мясным соусом 50/150 (макаронные изделия без глютена)	Шницель куриный 80 (без муки и сухарей)
Гулиш из свинины 100 (соус без муки)	Котлеты куриные(филе) 80 (без муки и сухарей)	Пюре картофельное 150/ Картофель по-деревенски 150	Компот из фруктов и ягод с/м 200	Каша рисовая рассыпчатая 150
Каша перловая рассыпчатая 150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Компот из смеси сухофруктов 200	Хлеб б/глютена 30	Кисель яблочный 200
Компот из фруктов и ягод с/м 200	Компот из свежих плодов (яблок) 200	Фрукт (яблоко) 150		Хлеб б/глютена 20
Хлеб б/глютена 30	Хлеб б/глютена 30	Хлеб б/глютена 20		

Полдник

Омлет натуральный 100	Драники картофельные со сметаной 150/10 (без муки)	Сэндвич Школьный 100 (на хлебе б/глютена)	Картофель отварной с маслом сливочным 100/5	Огурец свежий 30
Хлеб б/глютена 30	Чай с сахаром 200/15	Кисель яблочный 200	Птица отварная 50	Хлеб б/глютена 20
Компот из смеси сухофруктов 200			Компот из свежих плодов (яблок) 200	Хлеб б/глютена 20
				Компот из смеси сухофруктов 200

Меню Бригиды Оливия Игоревна (исключить пшеницу)					
2 недели					
6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	
Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом слив. 150/5	Запеканка из творога с повидлом 100/10 (без муки и крупы манной)	Каша "Дружба" 150/5/5 (крупа рис, крупа пшено)	Омлет паровой с мясом 100 /5 (белпро б/к)	Каша жидкая молочная рисовая с маслом 150/5	
Печенье б/глютена 20	Масло сливочное порц 10	Буженина порц 30/ Сыр порц 20	Огурец свежий 30/	Масло шоколадное порц 10	
Пудинг молочный 100	Хлеб б/глютена 20	Хлеб б/глютена 20	Икра кабачковая 40//	Хлеб б/глютена 30	
Чай с сахаром 200/15	Какао с молоком 200	Чай с сахаром 200/15	Хлеб б/глютена 20	Фрукт 150 (яблоко)	
		Фрукт (не яблоко) 150	Чай с сахаром и лимоном 200/7/15	Чай с сахаром 200/15	
			Молоко пак 200		
обед					
Огурец свежий 60/	Салат из капусты б/к с огурцом 60 /	Салат из помидоров с сыром 60	Салат из запеченой свеклы 60	Салат с красной консе, фасолью 60	
Огурец соленый 60	Салат из капусты б/к 60	/Салат из соленых огурцов с луком 60	Суп картофельный с мясными фрикадельками 200/20	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной 200/10	
Суп картофельный с горохом 200 (бульон)	Свекольник 200	Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишель б/глютена) 200	Котлеты "Нежные" 80 (без муки и сухарей)	Фыш-кейк 80 (без муки и сухарей)	
Плов из свинины 50/150	Котлета Особая (без муки и сухарей)	Натгеты куриные 80 (без муки и сухарей)	Макаронные изделия (б/глютена) отварные с маслом сливочным 150/5	Пюре картофельное 150	
Компот из смеси сухофруктов 200	Каша гречневая рассычатая 150	Картофель отварной с маслом сливочным 150/5/ Картофель тушеный с овощами 150	Компот из смеси сухофруктов 200	Компот из фруктов и ягод с/м 200	
Хлеб б/глютена 30	Компот из свежих плодов (яблок) 200	Компот из фруктов и ягод с/м 200	Фрукт (яблоко) 150	Хлеб б/глютена 30	
	Хлеб б/глютена 30	Хлеб б/глютена 30	Хлеб б/глютена 30		
Полдник					
Драники картофельные со сметаной 150/10 (без муки)	Омлет натуральный 100	Сэндвич Школьный 100 (на хлебе б/глютена)	Картофель отварной с маслом сливочным 100/5	Яйцо вареное 40	
Компот из фруктов и ягод с/м 200	Хлеб б/глютена 30	Компот из смеси сухофруктов 200	Птица отварная 50	Огурец свежий 30	
	Чай с сахаром 200/15		Кисель ягодный 200	Компот из свежих плодов (яблок) 200	
				Печенье б/глютена 20	

При приготовлении блюд, в том числе соусов, категорически не используем муку пшеничную, сухари (для подсыпания на противень, паннировки котлет и прочее), а также крупу манную.