

УТВЕРЖДЕНО
 Заведующий МАДОУ – детский сад №428
 Мордвинова Е.И. *Мордв.*
 « 15 » сентября 2022 г.

Примерное десятидневное меню МАДОУ – детский сад №428 «Золотая рыбка» для детей с пищевой аллергией
 (с исключением молочных и кисломолочных продуктов, мяса говядины, пшеничного хлеба, яйца)

ДЕНЬ 1 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 2 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 3 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 4 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 5 ЗАВТРАК
Греча вязкая	Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	Каша из геркулеса с растительным маслом	Каша ячневая безмолочная с растительным маслом	Каша рисовая вязкая
Кафейный напиток	Чай	Чай	Кофейный напиток	Чай
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
	Джем		Джем	
10.30 сок фруктовый	10.30 фрукт	10.30 сок фруктовый	10.30 сок фруктовый	10.30 фрукт
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Салат из свёклы с чесноком	Салат из помидоров /кукуруза	Огурец свежий порционный/ икра кабачковая	Зеленый горошек	
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	Суп гороховый	Борщ с фасолью	Суп-лапша с мясом курицы	Рассольник
Макаронные изделия отварные	Котлета из мяса курицы	Биточки рыбные	Запеканка из печени	Ленивые голубцы (безмолочное меню)
Котлета из мяса	Пюре картофельное (безмолочное меню)	Рис припущенный с овощами	Рагу овощное / печень	
Компот из кураги	Компот из чернослива	Компот из изюма	Компот из яблок	Напиток из ягод
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Рыба запеченная с картофелем по-русски	Рагу овощное	Макаронные изделия отварные с овощами	Греча с овощами	Запеканка картофельная с овощами / картофель отварной с сельдью
Кисель Валетек	Чай	Напиток из шиповника	Кисель Валетек	Чай
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Фрукт	Хлеб ржаной
			Хлеб ржаной	

ДЕНЬ 6 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 7 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 8 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 9 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 10 ЗАВТРАК
Каша перловая вязкая	Каша гречневая безмолочная с растительным маслом	Каша рисовая безмолочная с растительным маслом	Каша пшенная безмолочная с растительным маслом	Каша «Дружбы» из риса и геркулеса с маслом растительным
Кофейный напиток	Чай	Кофейный напиток	Чай	Чай
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
	Джем		Джем	
10.30 сок фруктовый	10.30 Фрукт	10.30 сок фруктовый	10.30 фрукт	10.30 сок фруктовый
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Икра кабачковая	Помидор свежий порционный / горошек зеленый	Салат из огурцов с растительным маслом / кукуруза конс.	Салат из огурцов и помидоров с растительным маслом / горошек зеленый	
Свекольник с мясом	Суп овощной с мясом курицы	Щи с мясом	Суп картофельный	Суп крестьянский
Плов с отварным мясом свинины	Птица отварная	Рыба запечённая	Гуляш из мяса свинины	Жаркое по-домашнему
	Капуста тушеная	Пюре розовое	Греча с овощами	
Компот из кураги и изюма	Напиток из ягод	Компот из яблок и чернослива	Напиток из шиповника	Компот из чернослива
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Морковь тушеная	Картофель отварной	Макаронные изделия отварные	Рагу овощное	Капуста тушёная
Напиток из шиповника	Чай	Кисель из ягод	Чай	Кисель Валитек
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Фрукт				

Утверждено:
 заведующий МДОУ №128
 Е. И. Доржиева
 09.09.2022