

Примерное 10-ти дневное меню для питания детей 1-3 лет с аллергией на молочный белок

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Каша манная жидкая на воде с маслом растительным Мучное изделие п/производства без молочных продуктов Чай с сахаром Хлеб ржаной	Каша ассорти на воде и масле растительном (пшенично-ячневая) Мучное изделие п/производства без молочных продуктов Кофейный напиток на молоке растительном	Каша рисовая жидкая на воде и масле растительном Бутерброд с джемом или вареньем Чай на молоке растительном	Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным Мучное изделие п/производства без молочных продуктов Яйца вареные Чай с сахаром	Каша гречневая вязкая с маслом растительным Бутерброд с джемом или вареньем Кофейный напиток на молоке растительном
Сок	Сок	Напиток из шиповника	Напиток из шиповника	Сок
Салат из свеклы с чесноком или салат из огурцов с маслом Рассольник «Домашний» с мясом без сметаны Зразы рубленые из мяса (свинина, говядина) запеченные или п/ф Каша гречневая вязкая с маслом растительным Компот из изюма Хлеб пшеничный, ржаной	Салат из моркови и яблок или салат «Любительский» Суп гороховый с гренками Жаркое по-домашнему Компот из ягодно – фруктовой смеси Хлеб пшеничный, ржаной	Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом без сметаны Гуляш или печень говядины, тушенная в соусе без сметаны Макароны отварные с маслом растительным Компот из кураги Хлеб пшеничный , ржаной	Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с рыбой Филе птицы, запеченное с яйцом или биточки рубленые из птицы запеченные или п/ф Рагу овощное Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный, ржаной	Икра морковная или салат из свежих помидоров Борщ с капустой и картофелем без сметаны Рыба запечённая Картофель толченный по- деревенски Кисель из свежих ягод Хлеб пшеничный, ржаной
Булочка с джемом (на воде и масле растительном) или мучное изделие п/производства безмолочное Молоко растительное	Кондитерское изделие п/производства без содержания молочных продуктов Молоко растительное	Булочка домашняя или кондитерское изделие п/производства без содержания молочных продуктов Молоко растительное	Мучное изделие Напиток из шиповника без молочных продуктов Молоко растительное	Сдоба обыкновенная (на воде и масле растительном) Молоко растительное
Сложный гарнир Шницель из курицы Сок Фрукт Хлеб ржаной	Винегрет овощной Рыба запеченная, либо котлета рыбная «Белоснежка» или п/ф Кондитерское изделие п/производства Чай со смородиной и сахаром Фрукт Хлеб пшеничный, ржаной	Котлеты из мяса (свинина мясная и говядина) или п/ф Картофель толченный по-деревенски Чай с сахаром Фрукт Хлеб ржаной	Биточки из мяса (свинина, говядина) или п/ф Рис припущенный с овощами «Мозаика» Чай с лимоном Фрукт Хлеб ржаной	Салат из капусты белокочанной или салат из огурцов с маслом Тефтели из мяса (свинина, говядина) Овощи тушенные в соусе (без сметаны) Чай с сахаром Хлеб пшеничный
6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Каша пшеничная жидкая на воде с маслом растительным Мучное изделие п/производства без молочных продуктов Чай с сахаром	Каша пшенная жидкая на воде с маслом растительным Кондитерское изделие п/производства без молочных продуктов Чай с лимоном Хлеб пшеничный	Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным Бутерброд с джемом или вареньем Кофейный напиток на молоке специализированном	Омлет натуральный на воде с поджаривкой Мучное изделие п/производства без молочных продуктов Чай на молоке растительном	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая на воде с маслом растительным Кондитерское изделие п/производства без молочных продуктов Чай с лимоном
Сок	Сок	Напиток из шиповника	Сок	Сок
Салат Степной из разных овощей Суп картофельный с мясными фрикадельками Котлета домашняя из свинины и говядины запеченная или п/ф Рис припущенный, с маслом растительным Компот из плодов или ягод свежих или замороженных Хлеб пшеничный, ржаной	Салат картофельный с кукурузой и морковью «Мозаика» или салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами Свекольник с мясом без сметаны Биточки печеночные или п/ф, либо биточки из говядины или п/ф Каша гречневая вязкая с маслом растительным Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный, ржаной	Свекла отварная с маслом растительным или салат из свежих помидоров Рассольник Ленинградский с мясом без сметаны Котлеты рыбные любительские или п/ф Картофель толченный по - деревенски Компот из плодов или ягод свежих или замороженных Хлеб пшеничный, ржаной	Винегрет овощной или салат из капусты белокочанной с морковью Суп – лапша домашняя с курицей Шницель из мяса (свинина мясная и говядина) или п/ф Овощи, припущенные с маслом растительным Компот из кураги Хлеб пшеничный, ржаной	Салат «Любительский», или салат с огурцом и маслом Уха рыбацкая Биточки рубленые из птицы запеченные или п/ф Макароны отварные с овощами Кисель из свежих ягод Хлеб пшеничный, ржаной
Мучное изделие Мучное изделие п/производства без молочных продуктов Молоко растительное	Кондитерское изделие п/производства без молочных продуктов Молоко растительное	Кондитерское изделие п/производства без молочных продуктов Молоко растительное	Мучное изделие п/производства без молочных продуктов Молоко растительное	Мучное изделие п/производства без молочных продуктов Молоко растительное
Фрикадельки из кур припущенные Макаронные изделия отварные с маслом растительным Сок овощной Фрукт Хлеб ржаной	Шницель рыбный натуральный Картофель тушенный Чай с сахаром Фрукт Хлеб пшеничный, ржаной	Горошек зеленый консервированный Плов из птицы Сок Фрукт Хлеб ржаной	Салат из моркови с чесноком Запеканка картофельная с отварным мясом без сметаны Чай со смородиной и сахаром или чай с сахаром Хлеб пшеничный, ржаной	Плов из говядины Чай с сахаром Фрукт Хлеб ржаной

