



замена блюд десятидневного меню на диетические (без пшеницы)

с 3-х до 7 лет МДОУ ДС №1

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Наименование блюда-замены	выход блюда
	1 день			
Завтрак	Каша Дружба	200,0	Каша рисовая	200,0
полдник	яйцо варёное	1 шт	мясо отворное	40,0
	2 день			
затрак	Каша манная	200,0	Каша гречневая	200,0
	Кофейный напиток	180,0	Чай с сахаром	180,0
полдник	Вермишель молочная	200,0	Картофель отварной	150,0
	3 день			
завтрак	Каша пшённая	200,0	Каша рисовая	200,0
	Кофейный напиток	180,0	Чай с сахаром	180,0
полдник	Булка сладкая	60,0	морковь с махаром, маслом	60,0
	4 день			
полдник	Пудинг творожный	150,0	овощи тушёные	150,0
	Кисель	180,0	Чай с сахаром	180,0
	5 день			
завтрак	Каша "Геркулесовая"	200,0	Каша рисовая	200,0
	Кофейный напиток	180,0	Чай с сахаром	180,0
обед	Суп с клёцками со сметаной	250,0	Суп овощной	250,0
полдник	Омлет	80,0	мясо отворное	40,0
	Какао	180,0	Чай	180,0
	6 день			
завтрак	Кофейный напиток	180,0	Чай	180,0
обед	Котлета мясная с рожками	220,0	Котлета мясная с рисом	220,0
полдник	Блины с сахаром, с маслом	170,0	Картофельное пюре	150,0
	7 день			
завтрак	Каша пшённая	200,0	Каша гречневая	200,0
	Кофейный напиток	180,0	Чай с сахаром	180,0
обед	Суп с вермишелью со сметаной	250,0	Суп картофельный	250,0
полдник	Омлет	80,0	мясо отворное	40,0
	8 день			
затрак	Каша манная	200,0	Каша рисовая	200,0
	9 день			
Завтрак	Запеканка творожная	150,0	Каша гречневая	200,0
обед	Суп с крупой со сметаной	250,0	Суп овощной	250,0
полдник	Кофейный напиток	180,0	Чай с сахаром	180,0
	яйцо варёное	40,0	мясо отворное	40,0
	10 день			
завтрак	Кофейный напиток	180,0	Чай с сахаром	180,0
обед	Борщ со сметаной	260,0	Борщ	250,0
полдник	Вермишель молочная	200,0	Картофель отварной	150,0

Медсестра Спицына И.Б.