

Приложение

**10-ти дневное меню на осенне-зимний период
(дети с пищевой аллергией на молоко и молочные продукты)**

Возрастная категория от 1 года до 3х лет / от 3х лет до 7 лет

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2013 - 680 с.

Первая неделя						
	День 1	День 2	День 3	День 4	День 5	
Завтрак	Каша рисовая безмолочная с изюмом	Каша геркулесовая безмолочная с курагой (или бананом)	Каша пшеничная	Каша гречневая	Каша рисовая безмолочная с изюмом	
	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Гуляш из курицы	Яйцо вареное	Чай с сахаром	
	Батон с повидлом (или джемом)	Батон с повидлом (или джемом)	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	
2-й завтрак	Сок	Фрукт	Сок	Сок	Сок	
	Салат из свежей капусты	Огурец свежий (нарезка)	Сельдь солёная с маслом и луком	Винегрет	Огурец солёный	
Обед	Суп куриный с вермишелью	Рассольник на мясном бульоне	Суп с клецками на курином бульоне	Суп гороховый с гречками на курином бульоне	Свекольник на курином бульоне	
	Плов с куриным филе	Макароны отварные	Рагу из овощей с курицей	Картофельное пюре	Каша гречневая	
		Гуляш из курицы		Котлета мясная	Котлета из курицы	
	Компот из свежемороженых плодов или ягод	Компот из с/ф	Кисель	Соус красный	Соус красный	
		Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Полдник	Макаронные изделия отварные	Булочка	Омлет без молока	Запеканка из манной крупы с повидлом	Ватрушка с повидлом	
	Яйцо отварное	Чай с сахаром	Хлеб ржано-пшеничный			
	Чай с лимоном		Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с лимоном

	Вторая неделя				
	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
Завтрак	Каша пшеничная	Каша рисовая безмолочная с изюмом	Каша «Дружба» безмолочная	Каша геркулесовая безмолочная с курагой (или бананом)	Каша гречневая Яйцо вареное
	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Чай с сахаром	Чай с сахаром
	Батон с повидлом (или джемом)	Батон с повидлом (или джемом)	Батон с повидлом (или джемом)	Батон с повидлом (или джемом)	Булочка «Веснушка»
2-й завтрак	Сок	Фрукт	Сок	Сок	Сок
Обед	Салат из свежей капусты	Салат из отварных овощей	Огурец свежий (нарезка)	Салат из свёклы	Огурец солёный
	Суп картофельный с крупой гречневой	Суп рисовый с фрикадельками	Суп с рыбными консервами	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	Борщ на мясном бульоне
	Бефстроганов из печени	Жаркое по-домашнему с курицей	Рыба тушеная с овощами	Котлета из курицы с соусом	Тефтели мясные с соусом
	Макаронные отварные		Картофельное пюре	Каша гречневая	Рис отварной
	Компот из свежемороженой плодов или ягод	Компот из с/ф	Кисель	Компот из с/ф	Компот из с/ф
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Полдник	Плов с куриным филе	Макаронные изделия отварные	Омлет без молока	Макаронные изделия отварные	Ватрушка с сахаром/повидлом
	Хлеб ржано-пшеничный	Гуляш из курицы	Хлеб ржано-пшеничный	Подгарнировка из огурцов свежих	
		Чай с сахаром		Чай с сахаром	Чай с сахаром