

УТВЕРЖДЕНО
И. о. заведующего МАДОУ д/с № 181
Козлова О. А.
« 21 » ~~августа~~ ~~2025~~ г.



Примерное десятидневное меню МАДОУ детский сад № 181 для детей с пищевой аллергией
(с исключением молочных и кисломолочных продуктов, пшеничного хлеба, яйца)

1 неделя – нечетная (горбуша/грудка)

	День 1 (понедельник)	День 2 (вторник)	День 3 (среда)	День 4 (четверг)	День 5 (пятница)
Завтрак	<ul style="list-style-type: none"> Греча вязкая Кофейный напиток Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> Каша пшеничная безмолочная с растительным маслом Чай Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> Каша из геркулеса с растительным маслом Чай Хлеб ржаной Джем 	<ul style="list-style-type: none"> Каша ячневая безмолочная с растительным маслом Кофейный напиток Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> Каша рисовая вязкая Чай Хлеб ржаной
2 завтрак	<ul style="list-style-type: none"> Сок фруктовый 	<ul style="list-style-type: none"> Фрукт (мандарин) 	<ul style="list-style-type: none"> Пюре фруктовое 	<ul style="list-style-type: none"> Фрукт (яблоки) 	<ul style="list-style-type: none"> Сок фруктовый
Обед	<ul style="list-style-type: none"> Суп картофельный с рыбными фрикадельками Каша перловая Котлета из мяса (Свинина) Салат из свеклы с чесноком Компот из кураги Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> Суп гороховый Пюре картофельное (безмолочное меню) Котлета из мяса курицы Салат из помидор/ кукуруза консервированная Компот из чернослива Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> Борщ Рис припущенный с овощами Биточки рыбные Огурец свежий порционный/ икра кабачковая Компот из изюма Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> Суп-лапша с мясом курицы Рагу овощное/ Запеканка картофельная с сердцем Суфле из печени Зеленый горошек Компот из яблок Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> Рассольник Ленивые голубцы (безмолочное меню) Напиток из ягод Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
Полдник	<ul style="list-style-type: none"> Рыба, запеченная с картофелем по-русски Кисель Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> Рагу овощное Чай Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> Греча с овощами Напиток из шиповника Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> Рис припущенный с овощами Кисель Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> Запеканка картофельная с овощами/ картофель отварной с селедкой Чай Хлеб ржаной

2 неделя – четная (минтай/кура-голень)

	День 6 (понедельник)	День 7 (вторник)	День 8 (среда)	День 9 (четверг)	День 10 (пятница)
Завтрак	<ul style="list-style-type: none"> • Каша перловая вязкая • Кофейный напиток • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша гречневая безмолочная с растительным маслом • Чай • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша рисовая безмолочная с растительным маслом • Кофейный напиток • Хлеб ржаной • Джем 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша пшенная безмолочная с растительным маслом • Чай • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Каша «Дружба» из риса и кукурузной кр. с растительным маслом • Чай • Хлеб ржаной
2 завтрак	<ul style="list-style-type: none"> • Сок фруктовый 	<ul style="list-style-type: none"> • Фрукт (киви) 	<ul style="list-style-type: none"> • Пюре фруктовое 	<ul style="list-style-type: none"> • Фрукт (банан) 	<ul style="list-style-type: none"> • Сок фруктовый
Обед	<ul style="list-style-type: none"> • Свекольник • Плов с отварным мясом свинины • Икра кабачковая • Компот из кураги и изюма • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Суп овощной с мясом куры • Капуста тушеная • Птица отварная • Помидор свежий порционный/ горошек зеленый • Напиток из ягод • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Щи с мясом • Пюре розовое • Рыба запеченная • Салат из огурцов с растит маслом/кукуруза консервированная • Компот из яблок и чернослива • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Суп картофельный • Греча с овощами • Гуляш из мяса свинины • Зеленый горошек/ салат из огурцов и помидоров с растительным маслом • Компот из яблок • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Суп крестьянский с мясом • Жаркое подомашнему • Компот из чернослива • Хлеб ржаной
Полдник	<ul style="list-style-type: none"> • Морковь тушеная • Чай • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Картофель отварной • Хлеб ржаной • Напиток из шиповника • Пряник 	<ul style="list-style-type: none"> • Греча с овощами • Кисель • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Рагу овощное • Чай с лимоном • Хлеб ржаной 	<ul style="list-style-type: none"> • Капуста тушеная • Чай • Хлеб ржаной