

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ МЕНЮ для детей с аллергопатологией

19 мая 2025 года

Приемы пищи	Наименование блюда	Масса порции	
		возраст от 3 до 7 лет	
		граммы	ккал
ЗАВТРАК	Каша гречневая	200	172,02
	Чай	180	35
	Бутерброд с маслом, сыр	30/4/4	98,02
2-Й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	76,8
ОБЕД	Суп «Крестьянский»	180	83,88
	Пюре картофельное	130	91,27
	Котлета мясная	70	165,4
	Компот из свежемороженых ягод	180	62,49
	Хлеб пшеничный	50	117,5
	Хлеб ржаной	25	43,5
ПОЛДНИК	Чай	180	35
	Шанежка с картофелем	60	180,46
		50	44
УЖИН	Киноа отварное с овощами	150	187,5
	Напиток из шиповника	180	47,6
	Груша	100	89
	Хлеб ржаной	25	43,5
Итого за день килокалорий:		X	1528,94