

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ МЕНЮ для детей с аллергопатологией

3 июля 2025 года

Приемы пищи	Наименование блюда	Масса порции	
		возраст от 3 до 7 лет	
		граммы	ккал
ЗАВТРАК	Каша рисовая	200	163,72
	Чай	180	35
	Бутерброд с маслом, сыр	30/4/4	112,51
2-Й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	76,8
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	50	6,95
	Суп овощной	180	60,6
	Гуляш	100	165,56
	Пюре картофельное	150	122,71
	Компот из свежемороженых ягод	180	34,72
	Хлеб пшеничный	50	117,5
	Хлеб ржаной	25	43,5
ПОЛДНИК	Чай	180	35
	Шанежка с капустой	80	240,62
УЖИН	Суп крестьянский	180	158,47
	Напиток из шиповника	180	46,7
	Яблоки	100	44
	Хлеб ржаной	25	43,5
Итого за день килокалорий:		X	1596,26