

Индивидуальное меню для детей от 1 года до 3-х лет, имеющих лактазную недостаточность
Первая неделя

Прием пищи	Понедельник	вых	Вторник	вых	Среда	вых	Четверг	вых	Пятница	вых
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150	Каша пшениная рассыпчатая	150	Макаронные изделия отварные	130	Каша перловая рассыпчатая	150	Каша ячневая рассыпчатая	150
	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	150	Яйцо вареное	40	Чай с сахаром	180	фрукты свежие	50
	Повидло	20	Повидло	20	Чай с сахаром	150	повидло	20	Чай с сахаром	150
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	20
2-й завтрак	сок фруктовый	160	фрукты свежие	150	сок фруктовый	160	фрукты свежие	150	сок фруктовый	160
обед	Яйцо отварное с гарниром	20\10	Салат из свеклы с черносливом	30	Салат из моркови и яблок	30	Яйцо отварное с гарниром	20\10	Салат из свеклы	30
	Борщ с фасолью ,картофелем ,говядиной тушеной	150	Суп картофельный с рыбой	150	Рассольник домашний	150	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	Суп крестьянский с крупой	150
	Рыба отварная	50	Запеканка картофельная с печенью	160	Суфле из отварной говядины с рисом	55	Рыба отварная	50	Гуляш из говядины	60
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	Напиток из шиповника	150	Пюре картофельное	110	Рис припущенный	120	Картофель отварной	110
	Компот из кураги	150	Хлеб ржаной	36	Кисель из концентрата	150	Компот из чернослива	150	Кисель из концентрата	150
	Хлеб ржаной	36			Хлеб ржаной	36	Хлеб ржаной	36	Хлеб ржаной	36
	Хлеб пшеничный	10			Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	20
полдник	Котлеты капустно-морковные	130	Биточки манные	150	Запеканка капустная	150	Рагу из овощей	150	Пюре из моркови	120
	Кондитерские изделия	20	Соус яблочный	30	Соус белый основной	20	Кондитерские изделия	20	Рыба отварная	50
	Чай с лимоном	150	Кондитерские изделия	20	хлеб пшеничный	20	Чай с сахаром	150	Кондитерские изделия	20
			Чай с сахаром	150	Кондитерские изделия	20			Чай с лимоном	150
				Чай с лимоном	150					

Индивидуальное меню для детей от 1 года до 3-х лет, имеющих лактазную недостаточность

Вторая неделя

прием пищи	Понедельник	вых	Вторник	вых	Среда	вых	Четверг	вых	Пятница	вых
завтрак	Каша пшеничная рассыпчатая	150	Каша пшенная рассыпчатая	150	Рис припущенный	120	Каша пшенная рассыпчатая	150	Плов вегетарианский с сухофруктами	150
	Чай с сахаром	150	фрукты свежие	70	Чай с сахаром	150	Чай с сахаром	150	Чай с сахаром	150
	повидло	20	Чай с сахаром	150	повидло	20				
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	10
2-й завтрак	фрукты свежие	150	сок фруктовый	160	фрукты свежие	150	сок фруктовый	160	фрукты свежие	150
обед	Салат из кукурузы консервированной	30	Морковь отварная	30	Яйцо отварное с гарниром	20\10	Овощи отварные/ яйцо вареное	30/20	Салат из отварной свеклы	30
	Суп-пюре из картофеля с гренками	150/15	Суп картофельный с крупой, говядиной и сметаной	150	Щи из капусты с картофелем	150	Рассольник Ленинградский	150	Суп с макаронными изделиями ,картофелем и говядиной	150
	Рыба отварная	50	Капуста тушеная	120	Рыба отварная	50	Жаркое по -домашнему	150	Печень по строгановски	60
	Макаронные изделия отварные	110	Птица отварная	60	Картофель отварной	110	Компот из яблок	150	каша гречневая рассыпчатая	110
	Компот из сухофруктов	150	Кисель из концентрата	150	Компот из изюма	180	Хлеб ржаной	36	Компот из кураги	150
	Хлеб ржаной	36	Хлеб ржаной	36	Хлеб ржаной	36	Хлеб пшеничный	20	Хлеб ржаной	36
			Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	20			Хлеб пшеничный	10
полдник	Картофель отварной	150	Рыба отварная	50	Макароны отварные	110	Капуста тушенная с морковью	120	Котлеты картофельные	150
	Хлеб пшеничный	10	Картофель тушеный	130	Печень по строгановски	60	Рыба отварная	50	Кондитерские изделия	15
	Кондитерские изделия	20	Хлеб пшеничный	10	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20	хлеб пшеничный	10
	Чай с лимоном	150	Кондитерские изделия	20	Чай с лимоном	150	Чай с сахаром	150	Чай с лимоном	150
			Чай с сахаром	150						

Индивидуальное меню для детей от 1 года до 3-х лет, имеющих лактазную недостаточность
Третья неделя

прием пищи	понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
завтрак	Каша рисовая рассыпчатая	150	Каша ячневая рассыпчатая	200	Каша гречневая рассыпчатая	150	Каша пшенная рассыпчатая	100/20	Каша рисовая рассыпчатая	150
	Чай с сахаром	150	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	150	Фрукты свежие	70	Яйцо отварное	40
	повидло	20	повидло	20			Чай с сахаром	150	Чай с сахаром	150
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	10	хлеб пшеничный	10
2-й завтрак	сок фруктовый	160	фрукты свежие	150	сок фруктовый	160	фрукты свежие	150	сок фруктовый	160
обед	Морковь отварная/ яйцо вареное	20/20	Овощи отварные	30	Салат из кукурузы консервированной	30	Икра морковная	30	Овощи отварные	30
	Суп картофельный с бобовыми	150	Суп с рыбными консервами	150	Рассольник домашний	150	Суп из овощей с фасолью	150	Суп -пюре из печени с гречками	150/15
	Рыба отварная	60	Рагу овощное с мясом	180	Запеканка картофельная с печенью	150	Мясо отварное	60	Пюре из овощей	120
	Картофель отварной	150	Компот из кураги	150	Напиток из шиповника	150	Картофель отварной	110	Рыба припущенная	60
	Компот из изюма	150	Хлеб ржаной	36	Хлеб ржаной	36	Компот из изюма	150	Компот из чернослива	150
	Хлеб ржаной	36			Хлеб пшеничный	20	Хлеб ржаной	36	Хлеб ржаной	36
	Хлеб пшеничный	10								
полдник	Макароны отварные с овощами	150	Картофель запеченный в соусе	150	Капуста тушеная	120	Котлеты из овощей	100	Рагу овощное с мясом	180
	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	40	Суфле рыбное	60	Соус белый основной	20	хлеб пшеничный	20
	Чай с лимоном	150	хлеб пшеничный	30	Кондитерские изделия	40	хлеб пшеничный		Кондитерские изделия	20
			Чай с сахаром	150	Чай с лимоном	150	Чай с сахаром	150	Чай с лимоном	150
							10			

Индивидуальное меню для детей от 1 года до 3-х лет, имеющих лактазную недостаточность

Четвертая неделя

Прием пищи	понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
завтрак	Каша ячневая рассыпчатая	150	Каша пшеничная рассыпчатая	150	Каша пшеничная рассыпчатая	150	Каша рисовая рассыпчатая	150	Каша кукурузная рассыпчатая	150
	Яйцо вареное	40	Чай с сахаром	150	Чай с сахаром	150	Яйцо вареное	40	Чай с сахаром	150
	Чай с сахаром	150	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	Чай с сахаром	150		
	хлеб пшеничный	10					хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20
2-й завтрак	фрукты свежие	150	сок фруктовый	160	фрукты свежие	150	сок фруктовый	160	фрукты свежие	150
обед	Салат из зеленого горошка консервированного	30	Салат картофельный с солеными огурцами	30	Салат из свеклы с черносливом/ яйцо вареное	20/20	Овощи отварные	30	Салат из свеклы отварной	50
	Суп картофельный с крупой	150	Борщ с капустой и картофелем	150	Щи из свежей капусты	150	Суп картофельный с крупой	150	Суп из овощей	150
	Птица отварная	60	Каша гречневая рассыпчатая	150	Рыба тушеная с овощами	60	Пюре картофельное	110	Птица отварная	60
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	Мясо отварное	60	Морковь тушеная с рисом	110	Рыба отварная	60	Картофель отварной с маслом	120
	Напиток из шиповника	150	Компот из кураги	150	Компот из изюма	150	Кисель из яблок	150	Кисель плодово-ягодный	150
	Хлеб ржаной	36	Хлеб ржаной	36	Хлеб ржаной	36	Хлеб ржаной	36	Хлеб ржаной	36
	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	20
полдник	Котлеты морковные	130	Котлеты картофельные	150	Макаронные изделия отварные с овощами	155	Запеканка капустная с говядиной	150	Капуста тушеная	130
	Хлеб пшеничный	10	Соус белый основной	20	хлеб пшеничный	10	Соус белый основной	20	Рыба отварная	50
	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20	хлеб пшеничный	20	Кондитерские изделия	20
	Чай с лимоном	150	хлеб пшеничный	10	чайс лимоном	150	Кондитерские изделия	15	хлеб пшеничный	20
			чай с сахаром	150			чай с сахаром	150	чай с лимоном	150

Индивидуальное меню для детей от 3 до 7 лет, имеющих лактазную недостаточность
Первая неделя

Прием	Понедельник	вых	Вторник	вых	Среда	вых	Четверг	вых	Пятница	вых
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	200	Каша пшеничная рассыпчатая	180	Макаронные изделия отварные	150	Каша перловая рассыпчатая	150	Каша гречневая рассыпчатая	200
	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Яйцо вареное	40	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180
	Повидло	20	Повидло	20	Чай с сахаром	180	повидло	20	повидло	20
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный/повидло	20/20	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	40
2-й завтрак	сок фруктовый	180	фрукты свежие	180	сок фруктовый	180	фрукты свежие	180	сок фруктовый	160
обед	Яйцо отварное с гарниром	30\20	Салат из свеклы с черносливом	50	Салат из моркови и яблок	50	Яйцо отварное с гарниром	30\20	Салат из свеклы	60
	Борщ с фасолью, картофелем, говядиной тушеной	180	Суп картофельный с рыбой	180	Рассольник домашний	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	Суп крестьянский с крупой	180
	Рыба филе отварная	60	Запеканка картофельная с печенью	160	Суфле из отварной говядины с рисом	75	Рыба отварная	60	Гуляш из говядины	70
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	Напиток из шиповника	180	Пюре картофельное	150	Рис припущенный	150	Картофель в молоке	150
	Компот из кураги	180	Хлеб ржаной	45	Кисель из концентрата	180	Компот из чернослива	150	Кисель из концентрата	200
	Хлеб ржаной	45	Хлеб пшеничный	30	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45
	Хлеб пшеничный	16			Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	40
полдник	Котлеты капустно-морковные	150	Биточки манные	150	Запеканка капустная	150	Рагу из овощей	200	Пюре из моркови	150
	Кондитерские изделия	40	Соус яблочный	30	Соус белый основной	40	Кондитерские изделия	40	Рыба отварная	60
	Чай с лимоном	180	Кондитерские изделия	40/30	хлеб пшеничный	30	чай с сахаром	180	Кондитерские изделия	30
	хлеб пшеничный	16	Чай с сахаром	180	Кондитерские изделия	20	Хлеб пшеничный	20	чай с лимоном	180
		Хлеб пшеничный	30	чай с лимоном	180			хлеб пшеничный	30	

Индивидуальное меню для детей от 3 до 7 лет, имеющих лактазную недостаточность

Вторая неделя

Прием пищи	Понедельник	вых	Вторник	вых	Среда	вых	Четверг	вых	Пятница	вых
завтрак	Каша пшеничная рассыпчатая	200	Каша пшеничная рассыпчатая	200	Каша рисовая рассыпчатая	150	Каша пшеничная рассыпчатая	200	Плов вегетарианский с сухофруктами	150
	Чай с сахаром	180	фрукты свежие	70	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180
	повидло	20	Чай с сахаром	180	повидло	20	повидло	20		
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный/повидло	20/20	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	20
2-й завтрак	фрукты свежие	180	сок фруктовый	160	фрукты свежие	150	сок фруктовый	180	фрукты свежие	180
обед	Салат из кукурузы консервированной	50	Морковь отварная	50	Яйцо отварное с гарниром	30/20	Овощи отварные/ яйцо вареное	30/20	Салат из отварной свеклы	50
	Суп-пюре из картофеля с гренками	180/20	Суп картофельный с крупой, говядиной	180	Щи из капусты с картофелем	200	Рассольник Ленинградский	180	Суп с макаронными изделиями ,картофелем и говядиной	180
	Рыба отварная	60	Капуста тушеная	130	Рыба тушеная с овощами	80	Жаркое по -домашнему	180	Печень по строгановски	80
	Макаронные изделия отварные	130	Птица отварная	60	Картофель отварной	150	Компот из яблок	180	Каша гречневая рассыпчатая	150
	Компот из сухофруктов	180	Кисель из концентрата	180	Компот из изюма	200	Хлеб ржаной	45	Компот из кураги	180
	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб пшеничный	40	Хлеб ржаной	45
	хлеб пшеничный	16	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	40			Хлеб пшеничный	20
полдник	Картофель отварной	150	Рыба отварная	50	Макароны отварные	130	Капуста тушенная с морковью в молоке	150	Котлеты картофельные	150
	Яйцо вареное	40	Картофель тушеный	150	Печень по строгановски	80	Рыба отварная	60	чай с лимоном	180
	чай с лимоном	180	Хлеб пшеничный	20	Кондитерские изделия	30	Кондитерские изделия	30	хлеб пшеничный	10
	Кондитерские изделия	40	Кондитерские изделия	30	чай с лимоном	180	чай с сахаром	180	Кондитерские изделия	20
		чай с сахаром	180			хлеб пшеничный	16			

Индивидуальное меню для детей от 3 до 7 лет, имеющих лактазную недостаточность
Третья неделя

пищи	понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
завтрак	Каша рисовая рассыпчатая	180	Каша ячневая рассыпчатая	205	Каша гречневая рассыпчатая	200	Каша пшенная рассыпчатая	100/20	Каша рисовая рассыпчатая	150
	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Фрукты свежие	70	Яйцо вареное	40
	повидло	20	повидло	20	повидло	20	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180
	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	40	хлеб пшеничный	40
2-й завтрак	сок фруктовый	180	фрукты свежие	180	сок фруктовый	180	фрукты свежие	180	сок фруктовый	180
обед	Морковь отварная/ яйцо вареное	30/20	Капуста отварная/ яйцо вареное	30/20	Салат из кукурузы консервированной	50	Икра морковная	50	Овощи отварные	50
	Суп картофельный с бобовыми	180	Суп с рыбными консервами	180	Рассольник домашний	180	Суп из овощей с фасолью	180	Суп -пюре из печени с гренками	200/20
	Рыба отварная	60	Рагу овощное с мясом	220	Запеканка картофельная с печенью	160	Мясо отварное	60	Пюре из овощей	150
	Картофель отварной	150	Компот из кураги	180	Напиток из шиповника	180	Картофель отварной в молоке	130	Рыба отварная	60
	Компот из изюма	180	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Компот из изюма	180	Компот из чернослива	180
	Хлеб ржаной	45	хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	30	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45
	Хлеб пшеничный	20							хлеб пшеничный	10
полдник	Макаронные изделия отварные с овощами	205	Картофель запеченный в соусе	180	Капуста тушеная	130	Котлеты из овощей	180	Рагу овощное с мясом	220
	Кондитерские изделия	40	Кондитерские изделия	40	Рыба отварная	60	Соус белый основной	20	хлеб пшеничный	10
	чай с лимоном	180	хлеб пшеничный	20	Кондитерские изделия	40	Кондитерские изделия	40	Кондитерские изделия	40
	хлеб пшеничный	10	чай с сахаром	180	чай с лимоном	180	чай с сахаром	180	чай с лимоном	180
					хлеб пшеничный	30	хлеб пшеничный	40		

Индивидуальное меню для детей от 3 до 7 лет, имеющих лактазную недостаточность
Четвертая неделя

прием пищи	понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
завтрак	Каша ячневая рассыпчатая	200	Каша пшеничная рассыпчатая	200	Каша пшеничная рассыпчатая	200	Каша рисовая рассыпчатая	150	Каша кукурузная рассыпчатая	200
	повидло	20	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Яйцо вареное	40	Чай с сахаром	180
	Чай с сахаром	180					Чай с сахаром	180		
	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	20	хлеб пшеничный	30\5	хлеб пшеничный	40
2-й завтрак	фрукты свежие	180	сок фруктовый	200	фрукты свежие	180	сок фруктовый	180	фрукты свежие	180
обед	Салат из зеленого горошка консервированного, яйцо вареное	30/20	Салат картофельный с солеными огурцами	60	Салат из свеклы с черносливом/ яйцо вареное	30/20	Овощи отварные	50	Салат из свеклы отварной	50
	Суп картофельный с крупой	200	Борщ с капустой и картофелем	200	Щи из свежей капусты	180	Суп картофельный с крупой	180	Суп из овощей	180
	Птица отварная	60	Каша гречневая рассыпчатая	200	Рыба тушеная с овощами	80	Пюре картофельное	150	Птица отварная	80
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	Мясо отварное	60	Морковь тушеная с рисом	150	Пудинг рыбный запеченный	70	Картофель отварной	130
	Напиток из шиповника	200	Компот из кураги	200	Компот из изюма	180	Кисель из яблок	180	Кисель плодово-ягодный	180
	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45
	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	40
полдник	Котлеты морковные	130	Котлеты картофельные	150	Макаронные изделия отварные с овощами	200	Запеканка капустная с говядиной	180	Капуста тушеная	150
	Яйцо вареное	40	Соус белый основной	20	хлеб пшеничный	16	Соус белый основной	20	Рыба отварная	60
	Кондитерские изделия	30	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20	хлеб пшеничный	30	Кондитерские изделия	40
	чай с лимоном	180	хлеб пшеничный	20	чай с лимоном	180	Кондитерские изделия	30	хлеб пшеничный	16
	хлеб пшеничный	10	чай с сахаром	180			чай с сахаром	180	чай с лимоном	180

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 628506515016902569792391934856447641823023447139

Владелец Скворцова Наталия Юрьевна

Действителен с 18.11.2024 по 18.11.2025