

СОГЛАСОВАНО:

Директор:

И. О. директора

Пол Мирошниковой И. И.

" 23 " 09 2025 г.

Родитель:

Полушкова Александра

Андреевна

" 23 " 09 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО "Фабрика социального питания 1"

Семикопенко Д.С.

**Индивидуальное десятидневное меню
учащейся МАОУ "СШ №19-корпус кадет "Виктория"**

**Старооскольского городского округа
Мирошниковой Алисы Евгеньевны**

Меню Мирошниковой Алисы Евгеньевны									
1 неделя									
1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
				Завтрак					
Макаронные изделия отварные с овощами	150	Каша рассыпчатая рисовая с маслом растительным	110	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150	Макаронные изделия отварные с овощами	150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150
Огурец свежий	50	Огурец свежий	30	Мясо птицы отварное (индейка)	70	Помидор свежий	40	Мясо птицы отварное (индейка)	70
Хлеб пшеничный	50	Мясо птицы отварное (индейка)	70	Огурец свежий	40	Хлеб пшеничный	40	Огурец свежий	40
Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	40	Чай витаминный с плодами шиповника	200	Хлеб пшеничный	40
Плоды свежие (яблоко)	100	Чай витаминный с плодами шиповника	207	Чай с сахаром	200	Плоды свежие (яблоко)	100	Чай с сахаром	200
		Плоды свежие (яблоко)	100	Плоды свежие (яблоко)	100			Плоды свежие (яблоко)	100
Суммарный объем блюд	550	Суммарный объем блюд	567	Суммарный объем блюд	600	Суммарный объем блюд	530	Суммарный объем блюд	600
дополнительное питание									
						Сок в индивидуальной упаковке	20		
Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	20	Суммарный объем блюд	0
Обед									
Помидор свежий	100	Салат из помидоров и лука	100	Салат из свёклы	100	Салат из свежих огурцов с луком	100	Салат из белокочанной капусты с морковью	100
Суп картофельный с горохом и курица	210	Свекольник без сметаны	200	Суп лапша по -домашнему	210	Суп картофельный с гречневой крупой	220	Солянка Школьная	200
Плов (свинина)	150	Фрикадельки мясные с соусом (курица)	90	Мясо отварное (свинина)	90	Котлета по -хлыновски (свинина)	90	Рыба отварная (минтай)	90
Чай витаминный с плодами шиповника	200	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150	Рагу из овощей	150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150	Рагу из овощей	150
Хлеб ржано-пшеничный	80	Чай с сахаром	200	Чай витаминный с плодами шиповника	200	Чай с сахаром	200	Чай витаминный с плодами шиповника	200
		Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80
Суммарный объем блюд	740	Суммарный объем блюд	620	Суммарный объем блюд	830	Суммарный объем блюд	840	Суммарный объем блюд	820

Меню Мирошниковой Алисы Евгеньевны									
2 неделя									
6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
Завтрак 1									
Макаронные изделия отварные с овощами	150	Крупеник мясной, без сметаны	150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150	Каша рассыпчатая рисовая с маслом растительным	110	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150
Помидор свежий	40	Огурец свежий	40	Мясо птицы отварное (индейка)	70	Огурец свежий	30	Мясо птицы отварное (индейка)	70
Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	50	Огурец свежий	40	Мясо птицы отварное (курица)	70	Огурец свежий	40
Чай витаминный с плодами шиповника	200	Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	40
Плоды свежие (яблоко)	100	Плоды свежие (яблоко)	100	Чай витаминный с плодами шиповника	200	Чай витаминный с плодами шиповника	207	Чай витаминный с плодами шиповника	200
				Плоды свежие (яблоко)	100	Плоды свежие (яблоко)	100	Плоды свежие (яблоко)	100
Суммарный объем блюд	530	Суммарный объем блюд	540	Суммарный объем блюд	600	Суммарный объем блюд	567	Суммарный объем блюд	500
Второй завтрак									
								Сок в индивидуальной упаковке	200
Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	200
Обед									
Огурец свежий	100	Салат из свеклы	100	Салат из моркови по корейски Школьный	100	Огурцы битые с зеленью	100	Салат из капусты с зеленью	100
Щи из свежей капусты с картофелем без сметаны	200	Суп картофельный с горохом и курицей	210	Рассольник Петербургский с крупой перловой, без сметаны	200	Борщ с капустой и картофелем без сметаны	200	Суп лапша по-домашнему	210
Растрепки куриные	100	Рыба отварная (минтай)	90	Наггетсы (курица)	90	Биточки школьные	90	Тефтели мясные с соусом	90
Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150	Рагу из овощей	150	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	150	Рагу из овощей	150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150
Чай с сахаром	100	Чай витаминный с плодами шиповника	200	Чай с сахаром	200	Чай витаминный с плодами шиповника	200	Чай с сахаром	200
Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80
Суммарный объем блюд	730	Суммарный объем блюд	830	Суммарный объем блюд	820	Суммарный объем блюд	820	Суммарный объем блюд	620
Диагноз: пищевая аллергия									
Длительность диеты: год									
Исключить продукты: содержащие лактозу, говядину									
Рекомендуемые продукты:									
Рекомендации к приготовлению*:									
**Примечание:									
Исполнитель:		Подпись:							
Зав. Производства (ФИО):									
Дата:									
Ознакомлен(родитель) ФИО:		Подпись:							
Дата:									

Меню Мирошниковой Алисы Евгеньевны									
1 неделя									
1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
Завтрак									
Макаронные изделия отварные с овощами	150	Каша рассыпчатая рисовая с маслом растительным	110	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150	Макаронные изделия отварные с овощами	150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150
Огурец свежий	50	Огурец свежий	30	Мясо птицы отварное (индейка)	70	Помидор свежий	40	Мясо птицы отварное (индейка)	70
Хлеб пшеничный	50	Мясо птицы отварное (индейка)	70	Огурец свежий	40	Хлеб пшеничный	40	Огурец свежий	40
Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	40	Чай витаминный с плодами шиповника	200	Хлеб пшеничный	40
Плоды свежие (яблоко)	100	Чай витаминный с плодами шиповника	207	Чай с сахаром	200	Плоды свежие (яблоко)	100	Чай с сахаром	200
		Плоды свежие (яблоко)	100	Плоды свежие (яблоко)	100			Плоды свежие (яблоко)	100
Суммарный объем блюд	550	Суммарный объем блюд	567	Суммарный объем блюд	600	Суммарный объем блюд	530	Суммарный объем блюд	600
дополнительное питание									
						Сок в индивидуальной упаковке	20		
Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	20	Суммарный объем блюд	0
Обед									
Помидор свежий	100	Салат из помидоров и лука	100	Салат из свёклы	100	Салат из свежих огурцов с луком	100	Салат из белокачанной капусты с морковью	100
Суп картофельный с горохом и курица	210	Свекольник без сметаны	200	Суп лапша по -домашнему	210	Суп картофельный с гречневой крупой	220	Солянка Школьная	200
Плов (свинина)	150	Фрикадельки мясные с соусом (курица)	90	Мясо отварное (свинина)	90	Котлета по -хлыновски (свинина)	90	Рыба отварная (минтай)	90
Чай витаминный с плодами шиповника	200	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150	Рагу из овощей	150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150	Рагу из овощей	150
Хлеб ржано-пшеничный	80	Чай с сахаром	200	Чай витаминный с плодами шиповника	200	Чай с сахаром	200	Чай витаминный с плодами шиповника	200
		Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80
Суммарный объем блюд	740	Суммарный объем блюд	620	Суммарный объем блюд	830	Суммарный объем блюд	840	Суммарный объем блюд	820

Меню Мирошниковой Алисы Евгеньевны									
2 неделя									
6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
Завтрак 1									
Макаронные изделия отварные с овощами	150	Крупеник мясной, без сметаны	150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150	Каша рассыпчатая рисовая с маслом растительным	110	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150
Помидор свежий	40	Огурец свежий	40	Мясо птицы отварное (индейка)	70	Огурец свежий	30	Мясо птицы отварное (индейка)	70
Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	50	Огурец свежий	40	Мясо птицы отварное (курица)	70	Огурец свежий	40
Чай витаминный с плодами шиповника	200	Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	40
Плоды свежие (яблоко)	100	Плоды свежие (яблоко)	100	Чай витаминный с плодами шиповника	200	Чай витаминный с плодами шиповника	207	Чай витаминный с плодами шиповника	200
				Плоды свежие (яблоко)	100	Плоды свежие (яблоко)	100	Плоды свежие (яблоко)	100
Суммарный объем блюд	530	Суммарный объем блюд	540	Суммарный объем блюд	600	Суммарный объем блюд	567	Суммарный объем блюд	500
Второй завтрак									
								Сок в индивидуальной упаковке	200
Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	0	Суммарный объем блюд	200
Обед									
Огурец свежий	100	Салат из свеклы	100	Салат из моркови по корейски Школьный	100	Огурцы битые с зеленью	100	Салат из капусты с зеленью	100
Щи из свежей капусты с картофелем без сметаны	200	Суп картофельный с горохом и курицей	210	Рассольник Петербургский с крупой перловой, без сметаны	200	Борщ с капустой и картофелем без сметаны	200	Суп лапша по-домашнему	210
Растрепки куриные	100	Рыба отварная (минтай)	90	Наггетсы (курица)	90	Биточки школьные	90	Тефтели мясные с соусом	90
Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150	Рагу из овощей	150	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	150	Рагу из овощей	150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150
Чай с сахаром	100	Чай витаминный с плодами шиповника	200	Чай с сахаром	200	Чай витаминный с плодами шиповника	200	Чай с сахаром	200
Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80
Суммарный объем блюд	730	Суммарный объем блюд	830	Суммарный объем блюд	820	Суммарный объем блюд	820	Суммарный объем блюд	620
Диагноз: пищевая аллергия									
Длительность диеты: год									
Исключить продукты: содержащие лактозу, говядину									
Рекомендуемые продукты:									
Рекомендации к приготовлению*:									
**Примечание:									
Исполнитель:	Подпись:								
Зав. Производства (ФИО):									
Дата:									
Ознакомлен(родитель) ФИО:	Подпись:								
Дата:									