

Меню Школы непереносимость лактозы и аллергия к БКМ

2 неделя

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Картофель отварной 150 (без масла сливочного)	Макаронны отварные (без масла сливочного) 150	Каша пшениная рассыпчатая 150 (без масла сливочного)	Омлет паровой с мясом 100 /5 (бедро б/к) (без молока, на воде и масла сливочного)	Каша рисовая рассыпчатая 150 (без масла сливочного)
Птица отварная 50	Яйцо вареное 40	Мясо отварное 50	Огурец свежий 30 или Икра кабачковая 40	Птица отварная 50
Хлеб пшеничный 30	Батон пектиновый 20	Батон пектиновый 20	Хлеб пшеничный 30	Батон пектиновый 20
Чай с сахаром 200/15	Чай с сахаром и лимоном 200/7/15	Чай с сахаром 200/15	Чай с сахаром и лимоном 200/7/15	Чай с сахаром 200/15
		Фрукт 150	Сок 200	Фрукт 150

обед

Огурец свежий 60/	Салат из капусты б/к с огурцом 60 /	Салат из помидоров 60 /	Салат из запеченой свеклы 60	Салат с красной консе. фасолью 60
Огурец соленый 60	Салат из капусты б/к 60	Салат из соленых огурцов с луком 60	Суп картофельный с мясными фрикадельками 200/20	Щи из свежей капусты с картофелем 200
Суп картофельный с горохом 200/15 с сухариками (бульон)	Свекольник 200	Суп лапша по-домашнему 200/10	Котлеты "Нежные" 80	Фиш-кейк 80 (без сыра)
Плов из свинины 50/150	Кнели мясные с соусом 80/20 (без сметаны в соусе)	Чахохбили 100	Макаронные изделия отварные 150 (без масла сливочного)	Пюре картофельное 150 (без молока и масла сливочного)
Компот из смеси сухофруктов 200	Каша гречневая рассыпчатая 150 (без масла сливочного)	Картофель отварной (без масла сливочного) 150/ Картофель тушеный с овощами 150	Компот из смеси сухофруктов 200	Компот из фруктов и ягод с/м 200
Хлеб пшеничный 20	Компот из свежих плодов (яблок) 200	Компот из фруктов и ягод с/м 200	Фрукт 150	Хлеб пшеничный 20
Хлеб ржано-пшеничный 30	Фрукт 150	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20	Хлеб ржано-пшеничный 30
	Хлеб пшеничный 20	Хлеб ржано-пшеничный 30	Хлеб ржано-пшеничный 30	
	Хлеб ржано-пшеничный 30			

Полдник

Драники картофельные 150	Омлет натуральный (без молока на воде) 100	Сэндвич Школьный 100 (без сыра и сметаны)	Запеканка картофельная с мясом 50/150 (без сметаны)	Макаронные изделия отварные 150 (без масла сливочного)
Огурец свежий 30	Хлеб пшеничный 20	Компот из смеси сухофруктов 200	Кисель ягодный 200	Мясо отварное 50
Компот из фруктов и ягод с/м 200	Чай с сахаром 200/15			Компот из свежих плодов (яблок) 200

Исключаем из питания молоко и все молочные продукты, в том числе масло сливочное. Исключаем блюда со скрытым содержание молочных продуктов(блинчики, оладьи и т.д.)

В блюдах масло сливочное заменяем маслом растительным.

Исключаем из котлет, биточков, запеканок сметану, молоко