

Четырнадцатидневное меню ГКОУ УР «Соколовская школа-интернат»  
для обучающихся с фенилкетонурией

	Меню	Возраст	
		7-11	12-18
	<b>1-й день</b>		
Завтрак	Фруктовый десерт	120	150
	Каша рисовая безбелковая	150	180
	Отвар из шиповника	200	200
	Хлеб безбелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из свежих огурцов	100	150
	Щи вегетарианские	250	250
	Овощное пюре с маслом	180	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб безбелковый	60	90
Полдник	Фруктовый салат	150	200
	Молочный напиток «Нутриген»	200	200
	Булочка из низкобелковой смеси	50	70
Ужин	Овощное рагу	200	200
	Запеканка из безбелковой вермишели	150	150
	Кисель фруктовый	200	200
	Хлеб безбелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>2-й день</b>		
Завтрак	Кабачки тушеные	120	150
	Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	150	180
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из моркови	100	130
	Борщ вегетарианский	250	250
	Капуста, припущенная с маслом	150	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Фруктовый салат	120	150
	Специальный безбелковый напиток	200	200
	Печенье из низкобелковой смеси	20	30
	Хлеб низкобелковый	50	70

Ужин	Икра свекольная	100	130
	Пюре фруктовое	130	150
	Оладьи из безбелковой смеси	60	80
	Кисель ягодный	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>3-й день</b>		
Завтрак	Морковь тушенная	120	150
	Пюре яблочное	100	130
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из белокочанной с морковью	120	150
	Суп овощной	250	250
	Каша из саго протертая	180	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Фруктовый салат	100	30
	Печенье из низкобелковой муки	50	70
	Специализированный безбелковый напиток	200	200
	Хлеб низкобелковый	50	70
Ужин	Запеканка из низкобелковой вермишели	180	200
	Салат из отварной свеклы	100	120
	Фрукты свежие	100	100
	Кисель клюквенный	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>4-й день</b>		
Завтрак	Пюре фруктовое	100	120
	Оладьи из безбелковой смеси	100	120
	Чай из шиповника	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из свежих огурцов	100	120
	Щи вегетарианские	250	250
	Зразы картофельные с капустой	100	120
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Овощное пюре	150	180

	Печенье из низкобелковой смеси	50	80
	Специализированный безбелковый напиток	200	200
	Хлеб низкобелковый	50	70
Ужин	Перец, фаршированный овощами	100	120
	Овощное рагу	150	180
	Груша	100	100
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>5-й день</b>		
Завтрак	Каша кукурузная с яблоками	150	200
	Специализированный безбелковый напиток	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из свежих помидоров	120	150
	Свекольник вегетарианский	250	250
	Пюре из цветной капусты	120	150
	Пудинг из саго	120	150
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Салат фруктовый	120	150
	Конфеты безбелковые	50	70
	Чай из шиповника	200	200
	Хлеб низкобелковый	50	70
Ужин	Запеканка из низкобелковой вермишели	150	180
	Пюре фруктовое	120	150
	Оладьи из безбелковой смеси	100	100
	Кисель ягодный	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>6-й день</b>		
Завтрак	Фруктовый десерт	120	150
	Каша рисовая безбелковая	150	180
	Отвар из шиповника	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из свежих огурцов	100	120
	Щи вегетарианские	250	250
	Овощное пюре с маслом	180	200

	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Фруктовый салат	120	180
	Конфеты безбелковые	50	70
	Молочный напиток «Нутриген»	200	200
	Булочка из низкобелковой смеси	50	70
Ужин	Овощное рагу	180	200
	Запеканка из безбелковой вермишели	150	150
	Кисель фруктовый	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>7-й день</b>		
	Каша из саго	150	200
Завтрак	Салат из свежих фруктов	120	150
	Чай из шиповника	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	120	150
	Борщ вегетарианский	250	250
	Овощное рагу с маслом	150	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Икра свекольная	120	150
	Апельсин	100	100
	Специализированный безбелковый напиток	200	200
	Конфеты безбелковые	50	70
	Хлеб низкобелковый	50	70
Ужин	Салат из свеклы с черносливом	120	150
	Капуста тушенная	200	200
	Кисель ягодный	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>8-й день</b>		
Завтрак	Морковь тушенная с маслом	120	150
	Пюре яблочное	100	130
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200

Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	120	150
	Суп овощной	250	250
	Каша из саго протертая	180	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Фруктовый салат	100	30
	Печенье из низкобелковой муки	50	70
	Специализированный безбелковый напиток	200	200
	Хлеб низкобелковый	50	70
Ужин	Запеканка из низкобелковой вермишели	180	200
	Салат из отварной свеклы	100	120
	Фрукты свежие	100	100
	Кисель клюквенный	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>9-й день</b>		
Завтрак	Каша кукурузная с яблоками	150	200
	Салат фруктовый	120	150
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	120	150
	Суп с вермишелью безбелковой	250	250
	Кабачок тушеный с маслом	150	200
	Зразы картофельные с капустой	100	120
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Оладьи из низкобелковой муки	100	120
	Апельсин	100	100
	Специализированный безбелковый напиток	200	200
	Конфеты безбелковые	50	70
Ужин	Винегрет	120	150
	Пюре фруктовое	200	200
	Кисель ягодный	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>10-й день</b>		
Завтрак	Вермишель безбелковая отварная с маслом	150	200
	Груша	100	100

	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из помидоров и огурцов	120	150
	Свекольник вегетарианский	250	250
	Запеканка из саго с черносливом	150	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Салат фруктовый	120	150
	Булочка из низкобелковой муки	80	100
	Специализированный безбелковый напиток	200	200
	Конфеты безбелковые	50	70
Ужин	Овощное рагу с маслом	150	200
	Фруктовое пюре	120	150
	Кисель фруктовый	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>11-й день</b>		
Завтрак	Морковь тушенная	120	150
	Пюре яблочное	100	130
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из белокочанный с морковью	120	150
	Суп овощной	250	250
	Каша из саго протертая	180	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Фруктовый салат	100	30
	Печенье из низкобелковой муки	50	70
	Специализированный безбелковый напиток	200	200
	Хлеб низкобелковый	50	70
Ужин	Запеканка из низкобелковой вермишели	180	200
	Салат из отварной свеклы	100	120
	Фрукты свежие	100	100
	Кисель клюквенный	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200

	<b>12-й день</b>		
Завтрак	Пюре фруктовое	100	120
	Оладьи из безбелковой смеси	100	120
	Чай из шиповника	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из свежих огурцов	100	120
	Щи вегетарианские	250	250
	Зразы картофельные с капустой	100	120
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Овощное пюре	150	180
	Печенье из низкобелковой смеси	50	80
	Специализированный безбелковый напиток	200	200
	Хлеб низкобелковый	50	70
Ужин	Перец, фаршированный овощами	100	120
	Овощное рагу	150	180
	Груша	100	100
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>13-й день</b>		
Завтрак	Фруктовый десерт	120	150
	Каша рисовая безбелковая	150	180
	Отвар из шиповника	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из свежих помидоров	100	120
	Суп с вермишелью безбелковой	250	250
	Овощное пюре с маслом	180	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Фруктовый салат	120	180
	Конфеты безбелковые	50	70
	Молочный напиток «Нутриген»	200	200
	Булочка из низкобелковой смеси	50	70
Ужин	Овощное рагу	180	200

	Запеканка из безбелковой вермишели	150	150
	Кисель фруктовый	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200
	<b>14-й день</b>		
Завтрак	Каша из саго с маслом	150	200
	Пюре яблочное	120	150
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб низкобелковый с маслом	60/10	80/10
2-й завтрак	Сок	200	200
Обед	Салат из белокочанной капусты	100	120
	Борщ вегетарианский	250	250
	Овощи протертые с маслом	150	180
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	90
Полдник	Оладьи из безбелковой смеси	100	120
	Яблоко	150	150
	Специализированный безбелковый напиток	200	200
	Хлеб низкобелковый	50	70
Ужин	Капуста тушеная	150	180
	Перец, фаршированный овощами	100	120
	Кисель ягодный	200	200
	Хлеб низкобелковый	60	80
2-й ужин	Молоко низкобелковое	200	200