Примерное четырехнедельное меню для детей с пищевой аллергией на молоко и молочные продукты (непереносимость лактозы)

Вторая неделя

Прием										
ЗАВТРАК	Понедельник Каша кукурузная молочная с маслом (молоко безлактозное)	200	Вторник Каша ячневая молочная, жидкая (молоко безлактозное)	200	Среда Каша рисовая молочная с маслом сливочным (молоко безлактозное)	200	Четверг Каша пшенная молочная с маслом сливочным (молоко безлактозное)	200	Пятница Омлет с зеленым горошком	вых 110
	Какао с молоком (безлактозное)	150	Кофейный напиток с молоком (безлактозное)	150	Чай с сахаром	150	Какао с молоком (безлактозное)	150	Чай с лимоном	150
	Хлебцы	20	Хлебцы	20	Хлебцы	20	Хлебцы	20	Хлебцы	20
	Сыр (безлактозный)	6					Сыр (безлактозный)	6		
2-й завтрак	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100
ОБЕД	Салат из кукурузы (консервированной)	40	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	30	Салат из репчатого лука	20	Салат из горошка зеленого консервированного	40	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	30
	Свекольник	200	Суп – лапша домашняя	200	Рассольник домашний	200	Суп картофельный с рыбой	200	Суп из овощей со сметаной	200
	Котлеты, рубленные из птицы	50	Мясо, тушенное с овощами в соусе	170	Гуляш из отварного мяса	80	Голубцы ленивые	160	Печень в молочном соусе	80
	Картофель отварной	120			Картофель отварной	120	Соус томатный	30	Каша гречневая, рассыпчатая с овощами	100
	Компот из свежих груш	150	Кисель из клюквы	150	Компот из изюма	150	Компот из чернослива и изюма	150	Компот из свежих яблок	150
	Хлеб ржаной (витаминизированны й)	30	Хлеб ржаной (витаминизированный)	30	Хлеб ржаной (витаминизированный)	30	Хлеб ржаной (витаминизированный)	30	Хлеб ржаной (витаминизированный)	30
	Хлебцы	20	Хлебцы	20	Хлебцы	20	Хлебцы	20	Хлебцы	20

полдник	Суфле из отварного мяса с рисом	80	Рыба, запеченная в омлете	80	Биточки или котлеты манные, рисовые	80	Макаронник	150	Зразы картофельные	150
			Овощи отварные с маслом	150	Соус клюквенный	15				
	Продукт NEMOLOKO(овсяное классическое)	150	Продукт NEMOLOKO(овсяное классическое)	150	Продукт NEMOLOKO(овсяное классическое)	150	Продукт NEMOLOKO(овсяное классическое)	150	Продукт NEMOLOKO(овсяное классическое)	150
	Кондитерские изделия (вафли без глютена и лактозы)	20	Кондитерские изделия (пряник)	30	Кондитерские изделия (печенье без глютена и лактозы)	20	Кондитерские изделия (вафли без глютена и лактозы)	20	Кондитерские изделия (пряник)	30
	Хлебцы	20	Хлебцы	20	Хлебцы	20	Хлебцы	20	Хлебцы	20
	Фрукт (груша)	150	Фрукт (яблоко)	150	Фрукт (груша)	150	Фрукт (яблоко)	150	Фрукт (банан)	150