

Адаптация меню для питания детей с аллергией на белок коровьего

молока

Название блюда	Варианты замены блюд для адаптации
Сыр твердых сортов в нарезке, сливочный	Фрукты или овощи в нарезке, джемы, повидло
Масло сливочное (порциями)	Фрукты или овощи в нарезке, джемы, повидло
Супы молочные	Каша на воде и растительном масле (кукурузная, овсяная, пшенная, пшеничная, гречневая)
Каша молочные	Каша на воде и растительном масле (кукурузная, овсяная, пшенная, пшеничная, гречневая)
Омлеты	Каша на воде и растительном масле (кукурузная, овсяная, пшенная, пшеничная, гречневая)
Запеканки из творога, сырники, пудинги	Каша на воде и растительном масле (кукурузная, овсяная, пшенная, пшеничная, гречневая)
Чай черный с молоком и сахаром	Чай с сахаром, чай с лимоном, фруктовые чаи, ягодные чаи
Какао с молоком, горячий шоколад	Чай с сахаром, чай с лимоном, фруктовые чаи, ягодные чаи
Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром, чай с лимоном, фруктовые чаи, ягодные чаи
Борщ с мясом и сметаной, борщ с фасолью	Супы вегетарианские
Щи с мясом и сметаной	Супы вегетарианские
Супы рыбные (с консервой, с минтаем, с горбушей)	Супы вегетарианские
Супы картофельные, с крупами, с бобовыми	Супы вегетарианские
Рассольники	Супы вегетарианские
Крупяные гарниры с маслом или соусом на основе молочных продуктов)	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д)
Рагу из овощей (овощи тушеные с маслом или соусом на основе молочных продуктов)	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д)
Макаронные изделия с маслом или соусом на основе молочных продуктов	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д)
Картофельное пюре (картофель отварной, картофель запеченный с маслом или соусом на основе молочных продуктов)	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д)
Котлеты из мяса (котлеты из курицы) другие изделия из фарша в состав которых входят молочные продукты	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Тефтели, биточки, фрикадельки из мяса и курицы и другие изделия из фарша в состав которых входят молочные продукты	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)

Гуляш из мяса филе из птицы тушеное запеченное мясо тушеное с маслом или соусом на основе молочных продуктов	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Печень говяжья по-строгановски запеканки из печени с маслом или соусом на основе молочных продуктов	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Рыба запеченная в сметанном соусе с сыром, омлетом с маслом или соусом на основе молочных продуктов	Рыба тушеная в томате с овощами, рыба припущенная, отварная
Кнели запеченная, курица запеченная с сыром	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Кондитерские изделия промышленного производства	Кондитерские изделия, не содержащие молока и молочного жира (вафли, пряники, бублики), фрукты
Жаркое, мясо тушеное с картофелем, азу	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д) с мясом отварным кусковым
Запеканки из картофеля с мясом говядины, птицы, печенью	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д) с мясом отварным кусковым
Капуста тушеная с мясом, птицей	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д) с мясом отварным кусковым
Плов из говядины, свинины, птицы	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д) с мясом отварным кусковым
Соусы	Исключить

Адаптация меню для питания детей с аллергией на яичный белок

Омлеты	Каши на воде и растительном масле (кукурузная, овсяная, пшенная, пшеничная, гречневая и т д), молочные каши (кукурузная, овсяная, пшенная, пшеничная, гречневая и т д), супы молочные
Запеканки из творога, сырники, пудинги	Каши на воде и растительном масле (кукурузная, овсяная, пшенная, пшеничная, гречневая и т д), молочные каши (кукурузная, овсяная, пшенная, пшеничная, гречневая и т д), супы молочные
Кондитерские изделия промышленного производства	Фрукты, кондитерские изделия, не содержащие яичный белок
Запеканки картофельные с мясом (говядина, курица, печень, свинина)	Гарниры, не содержащие яичный белок, с мясом отварным кусковым (говядина, курица)
Каши молочные	Каши на воде и растительном масле (кукурузная, овсяная, пшенная, пшеничная, гречневая и т д)
Чай черный байховый с молоком и сахаром	Чай с сахаром, чай с лимоном, фруктовые чаи, ягодные чаи
Какао с молоком, горячий шоколад	Чай с сахаром, чай с лимоном, фруктовые чаи, ягодные чаи
Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром, чай с лимоном, фруктовые чаи, ягодные чаи
Борщ с мясом и сметаной, борщ с фасолью	Супы вегетарианские
Щи с мясом и сметаной	Супы вегетарианские
Супы рыбные (с консервой, с минтаем, с горбушей)	Супы вегетарианские
Супы картофельные, с крупами, с бобовыми	Супы вегетарианские
Рассольники	Супы вегетарианские
Крупяные гарниры	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д)
Рагу из овощей, овощи тушеные	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д)
Макаронные изделия отварные	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д)

Картофельное пюре, картофель отварной, картофель запеченный	Гарниры без молока и сливочного масла (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая, каша перловая и т д)
Котлеты из мяса, котлеты из курицы и другие изделия из фарша, в состав которых входит яичный белок	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Тефтели, биточки, фрикадельки из мяса, птицы и другие изделия из фарша, в состав которых входит яичный белок	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Гуляш из мяса, филе птицы тушеное, запеченное, мясо тушеное с соусом, в состав которого входит яичный белок	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Печень говяжья по-строгановски, запеканки из печени, в состав которых входит яичный белок	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Рыба запеченная в сметанном соусе, с сыром, омлетом, в состав которых входит яичный белок	Рыба тушеная в томате с овощами
Соусы	Исключить

Адаптация меню для питания детей с аллергией на пшеницу

Хлеб пшеничный	Хлеб безглютеновый
Суп молочный с макаронными изделиями	Каши на воде и растительном масле (кукурузная, овсяная, пшенная, пшеничная, гречневая), молочные каши зная, овсяная, пшенная, гречневая
Запеканки из творога, сырники из творога	Каши на воде и растительном масле (кукурузная, овсяная, пшенная, пшеничная, гречневая), молочные каши (кукурузная, овсяная, пшенная, гречневая), омлеты, творожно-пшенная запеканка и т.д.
Котлеты из мяса, котлеты из курицы, тефтели, биточки и т.д.	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Гуляш из мяса, мясо тушеное в сметанном соусе, мясо тушеное, бефстроганов и блюда в состав которых входит пшеничная мука.	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Печень тушеная со сметане, Запеканка из печени со сливочным соусом, Запеканка из печени с красным соусом.	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Рыба, запеченная в сметанном соусе Рыба, запеченная в омлете Рыба запеченная с сыром Рыба запеченная по сырно-овощной шапкой Рыба тушеная с овощами Биточек из рыбы	Рыба, припущенная в молоке, мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Макароны отварные с маслом Спагетти отварные с маслом	Макароны отварные безглютеновые, гарниры, не содержащие пшеничную муку и продуктов ее производства (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая) и т.д.
Рагу из овощей	Макароны отварные безглютеновые, гарниры, не содержащие пшеничную муку и продуктов ее производства (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая) и т.д.
Соусы	Соус безглютеновый
Пряники Оладьи с маслом	Фрукты, кондитерские изделия и выпечка приготовленные без использования муки пшеничной
Бигос с мясом	Макароны отварные безглютеновые, гарниры, не содержащие пшеничную муку и продуктов ее производства (фасоль отварная, капуста белокочанная тушеная, рис отварной, каша гречневая) с мясом отварным кусковым (говядина, курица) и т.д.

Адаптация меню для питания детей с аллергией на рыбу и морепродукты

Рыба, запеченная в сметанном соусе Рыба, запеченная в омлете Рыба запеченная с сыром Рыба запеченная по сырно-овощной шапкой Рыба тушеная с овощами Биточек из рыбы	Мясо отварное кусковое (говядина, курица)
Суп рыбный с крупой Уха с рыбой	Супы не содержащие рыбы и морепродуктов (борщ, щи, рассольники, супы картофельные, супы куриные с вермишелью, супы овощные с мясом)