

УТВЕРЖДАЮ

Директор

АНОО «Многопрофильная гимназия»

К.Э. Симонян

29 апреля 2026г.



Автономная некоммерческая
общеобразовательная
организация «Многопрофильная
гимназия»

**Семидневное меню
для детей и подростков в возрасте от 11 до 17 лет, страдающих
острыми и хроническими воспалительными заболеваниями
кишечника в период обострения**

Семидневное меню
для детей и подростков в возрасте от 11 до 17 лет, страдающих
острыми и хроническими воспалительными заболеваниями
кишечника в период обострения

Наименование блюда	Номер в картотеке	Объем блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Номер диеты
Завтрак 1 день							
Каша гречневая жидкая протертая на воде	№11№6.10	250	6,5	5,4	36,8	224	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57	ЩД (№4)
2 Завтрак 1 день							
Кисель из черники	№11№11.14	200	0	0	22,9	90	ЩД (№4)
Обед 1 день							
Суп перловый слизистый на слабом мясном бульоне	№11№1.3	350	1,7	3,3	11,7	85	ЩД (№4)
Пюре из отварного мяса	№11№2.2	100	18,4	19,4	5,6	270	ЩД (№4)
Кисель из фруктового сока	№11№11.12	200	0,3	0,0	33,4	131	ЩД (№4)
Полдник 1 день							
Отвар шиповника	№11№11.10	200	0,7	0,0	23,0	117	ЩД (№4)
Ужин 1 день							
Каша рисовая жидкая протертая на воде	№11№6.4	250	2,8	4,0	33,0	180	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57	ЩД (№4)
На ночь 1 день							
Напиток из сушеной черники	№11№11.9	200	0,0	0,0	15,0	57,0	ЩД (№4)
Сухари пшеничные (гренки) на весь день	№11№13.8	100	11,4	1,3	69,9	336	ЩД (№4)
Итого:		2250	42,2	33,5	281,3	1604	

Наименование блюда	Номер в картотеке	Объем блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Номер диеты
Завтрак 2 день							
Каша манная жидкая на воде	№11№6.2	250	3,9	3,7	29,8	169	ЩД (№4)
Творог детский	№11№13.2	100	8,5	15,0	4,3	192	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57	ЩД (№4)
2 Завтрак 2 день							
Кисель яблочный	№11№11.11	200	0,2	0,2	31,2	124	ЩД (№4)
Обед 2 день							
Суп рисовый слизистый на слабом мясном бульоне	№11№1.2	350	1,3	3,4	12,6	87	ЩД (№4)
Суфле из отварного мяса паровое	№11№2.4	110	23,0	21,3	6,5	310	ЩД (№4)
Каша рисовая вязкая	№11№8.3	200	3,2	7,7	31,5	211	ЩД (№4)
Компот из свежих яблок без сахара	№11№11.8	200	0,2	0,2	25,8	103	ЩД (№4)
Полдник 2 день							
Тум	№11№11.17	200	1,2	0,1	14,2	63	ЩД (№4)
Ужин 2 день							
Суфле творожное паровое	№11№5.1	100	12,0	9,0	13,0	175	ЩД (№4)
Каша рисовая жидкая протертая на воде	№11№6.4	250	2,8	4,0	33,0	180	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57	ЩД (№4)
На ночь 2 день							
Напиток из сушеной черники	№11№11.9	200	0,0	0,0	15,0	57,0	ЩД (№4)
Сухари пшеничные (греники) на весь день	№11№13.8	100	11,4	1,3	69,9	336	
Итого:		2480	68,1	66,0	316,8	2121	

Наименование блюда	Номер в картотеке	Объем блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Номер диеты
Завтрак 3 день							
Каша геркулесовая жидкая на воде протертая	№11№6.8	250	5,9	7,2	32,0	218	ЩД (№4)
Яйцо вареное	№11№4.1	1 шт(40)	5,1	4,6	0,28	63	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57	ЩД (№4)
2 Завтрак 3 день							
Отвар шиповника	№11№11.10	200	0,7	0,0	23,0	117	ЩД (№4)
Обед 3 день							
Суп перловый слизистый на слабом куриным бульоне	№11№1.3	350	1,7	3,3	11,7	85	ЩД (№4)
Суфле куриное паровое	№11№2.14	110	23,0	21,3	6,5	310	ЩД (№4)
Кисель из свежих яблок	№11№11.11	200	0,2	0,2	31,2	124	ЩД (№4)
Полдник 3 день							
Напиток из сушеной черники	№11№11.9	200	0,0	0,0	15,0	57,0	ЩД (№4)
Ужин 3 день							
Суфле из отварной рыбы паровое	№11№3.2	110	19,4	5,9	4,8	149	ЩД (№4)
Каша рисовая жидкая протертая на воде	№11№6.4	250	2,8	4,0	33,0	180	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57,0	ЩД (№4)
На ночь 3 день							
Напиток из сушеной черники	№11№11.9	200	0,0	0,0	15,0	57,0	ЩД (№4)
Сухари пшеничные (гренки) на весь день	№11№13.8	100	11,4	1,3	69,9	336	ЩД (№4)
Итого:		2410	70,6	47,9	271,88	1810	

Наименование блюда	Номер в картотеке	Объем блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Номер диеты
Завтрак 4 день							
Каша гречневая жидкая протертая на воде	№11№6.10	250	6,5	5,4	36,8	224	ЩД (№4)
Творог детский	№11№13.2	100	8,5	15,0	4,3	192	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57,0	ЩД (№4)
2 Завтрак 4 день							
Кисель из черники	№11№11.14	200	0,0	0,0	22,9	90	ЩД (№4)
Обед 4 день							
Суп рисовый слизистый на слабом мясном бульоне	№11№1.2	350	1,3	3,4	12,6	87	ЩД (№4)
Пюре из отварного мяса	№11№2.2	110	20,1	20,9	5,8	292	ЩД (№4)
Отвар шиповника	№11№11.10	200	0,7	0,0	23,0	117,0	ЩД (№4)
Полдник 4 день							
Тум	№11№11.17	200	1,2	0,1	14,2	63,0	ЩД (№4)
Ужин 4 день							
Каша геркулесовая жидкая на воде	№11№6.8	250	5,9	7,2	32,0	218	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57,0	ЩД (№4)
На ночь 4 день							
Напиток из сушеной черники	№11№11.9	200	0,0	0,0	15,0	57,0	ЩД (№4)
Сухари пшеничные (гренки) на весь день	№11№13.8	100	11,4	1,3	69,9	336	ЩД (№4)
Итого:		2360	56,0	53,4	266,5	1790	

Наименование блюда	Номер в картотеке	Объем блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Номер диеты
Завтрак 5 день							
Каша рисовая жидкая протертая на воде	№11№6.4	250	2,8	4,0	33,0	180,0	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57,0	ЩД (№4)
2 Завтрак 5 день							
Кисель из яблочного сока	№11№11.12	200	0,3	0,0	33,4	131,0	ЩД (№4)
Обед 5 день							
Суп овсяный слизистый на слабом мясном бульоне	№11№1.4	350	2,3	1,4	11,9	90	ЩД (№4)
Суфле из отварного мяса парового	№11№2.4	110	23,0	21,3	6,5	310,0	ЩД (№4)
Компот из сухофруктов	№11№11.7	200	0,4	0,0	24,6	97,0	ЩД (№4)
Полдник 5 день							
Тум	№11№11.17	200	1,2	0,1	14,2	63,0	ЩД (№4)
Ужин 5 день							
Каша рисовая жидкая протертая на воде	№11№6.4	250	2,8	4,0	33,0	180,0	ЩД (№4)
Творог детский	№11№13.2	100	8,5	15,0	4,3	192,0	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57,0	ЩД (№4)
На ночь 5 день							
Напиток из сушеной черники	№11№11.9	200	0,0	0,0	15,0	57,0	ЩД (№4)
Сухари пшеничные (греники) на весь день	№11№13.8	100	11,4	1,3	69,9	336,0	ЩД (№4)
Итого:		2560	53,1	47,2	275,8	1750	

Наименование блюда	Номер в картотеке	Объем блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Номер диеты
Завтрак 6 день							
Каша гречневая жидкая протертая на воде	№11№6.10	250	6,5	5,4	36,8	224	ЩД (№4)
Яйцо вареное	№11№4.1	1 шт (40)	5,1	4,6	0,28	63,0	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57,0	ЩД (№4)
2 Завтрак 6 день							
Кисель из черники	№11№11.14	200	0,0	0,0	22,9	90,0	ЩД (№4)
Обед 6 день							
Суп рисовый слизистый на слабом мясном бульоне	№11№1.2	350	1,3	3,4	12,6	87,0	ЩД (№4)
Суфле из отварной рыбы паровое	№11№3.2	110	19,4	5,9	4,8	149,0	ЩД (№4)
Отвар шиповника	№11№11.10	200	0,7	0,0	23,0	117,0	ЩД (№4)
Полдник 6 день							
Тум	№11№11.17	200	1,2	0,1	14,2	63,0	ЩД (№4)
Ужин 6 день							
Каша манная жидкая на воде	№11№6.2	250	3,9	3,7	29,8	169,0	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57,0	ЩД (№4)
На ночь 6 день							
Напиток из сушеной черники	№11№11.9	200	0,0	0,0	15,0	57,0	ЩД (№4)
Сухари пшеничные (греники) на весь день	№11№13.8	100	11,4	1,3	69,9	336,0	ЩД (№4)
Итого:		2300	49,9	24,5	259,28	1469	

Наименование блюда	Номер в картотеке	Объем блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Номер диеты
Завтрак 7 день							
Каша геркулесовая жидкая протертая на воде	№11№6.8	250	5,9	7,2	32,0	218,0	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57,0	ЩД (№4)
2 Завтрак 7 день							
Кисель из яблочного сока	№11№11.12	200	0,3	0,0	33,4	131,0	ЩД (№4)
Обед 7 день							
Суп рисовый слизистый на слабом бульоне	№11№1.2	350	1,3	3,4	12,6	87,0	ЩД (№4)
Суфле из отварного мяса паровое	№11№2.4	110	23,0	21,3	6,5	310,0	ЩД (№4)
Каша гречневая жидкая протертая на воде	№11№6.10	200	6,5	5,4	36,8	224,0	ЩД (№4)
Кисель из свежих яблок	№11№11.11	200	0,2	0,2	31,2	124,0	ЩД (№4)
Полдник 7 день							
Кисель из черники	№11№11.13	200	0,0	0,0	22,9	90,0	ЩД (№4)
Ужин 7 день							
Биточки мясные паровые	№11№2.7	100	16,4	16,3	14,1	269,0	ЩД (№4)
Картофельное пюре	№11№8.10	250	5,6	8,4	36,2	249,0	ЩД (№4)
Чай без сахара	№11№11.3	200	0,2	0,05	15,0	57,0	ЩД (№4)
На ночь 7 день							
Напиток из сушеной черники	№11№11.9	200	0,0	0,0	15,0	57,0	ЩД (№4)
Итого:		2460	118,1	62,3	270,7	1873	