



Составьте индивидуальное меню при обострении ГЭРБ

1 ЗАВТРАК

Язык отварной
Паштет из сельди
Суфле мясное паровое

Сырок творожный
Сырок мясной

Каша рисовая молочная
протертая
Каша овсяная молочная
протертая
Каша манная молочная
Каша гречневая протертая

Творог с сахаром и
сметаной или творожная
паста

Чай с молоком

2 ЗАВТРАК

Творожная паста
Яблоки печеные или
свежие
Суфле творожное или
фрукты
Суфле картофельное со
сметаной
Суфле морковно-яблочное

ОБЕД

Суп перловый
вегетарианский
протертый
Суп овсяный с овощами
протертый
Суп рисовый с овощами
протертый
Суп манный молочный
Суп-лапша молочная

Курица отварная
Тефтели мясные паровые
Котлеты мясные паровые
Бефстроганов из вареного
мяса
Биточки мясные паровые
в сметане

Пюре морковное
Пюре картофельное
Вермишель отварная
Каша рисовая протертая

Крем молочный
Желе фруктовое
Кисель фруктовый из сока
Компот яблочный
протертый

ПОЛДНИК

Сухари с сахаром
Отвар шиповника

УЖИН

Рулет мясной паровой,
фаршированный
омлетом
Котлеты мясные паровые
Фрикадели мясные
паровые
Лапшевник с творогом
Рыба заливная
Рыба отварная

Пюре морковное
Пирог с яблоками
Пюре картофельное
Биточки
морковно-яблочные
Пудинг пшеничный с
творогом паровой
протертый
Пудинг из гречневой
крупы с творогом
протертый
Пудинг рисовый с
фруктовой подливой
протертый

Чай с молоком

НА НОЧЬ

1 стакан молока

ЕЖЕДНЕВНО

Хлеб пшеничный - 250г.

Масло сливочное - 20г.

Сахар - 40г.

Медицинский центр «Азбука Здоровья»

г.Белгород, ул.Щорса, д.37А

г.Белгород, ул.Н.Островского, д.2

телефон: +7 (4722) 20-50-28

WhatsApp: 910-741-97-33

