



Согласовано:
Заведующий Д/с Веселые нотки № 49

Кирсанова

Кирсанова Татьяна Витальевна

МЕНЮ для аллергиков (сад без молока)

на 07.04.2026

Д/с Веселые нотки № 49 для аллергиков



Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
213/2011 Дели принт	14713	Яйцо вареное Яйцо куриное столовое шт	40	5,10	4,60	0,30	63,00
168 Дели принт	18243	Каша рисовая вязкая с сахаром на воде Вода / Рис / Сахар / Соль пищевая	200	3,11	0,44	37,85	167,81
2/97	18310	Повидло порционное Повидло	20	0,08		13,13	52,84
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром Вода / Чай заварка : (Вода / Чай черный) / Сахар	180			9,98	39,92
пп	14700	Батон Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,51
Итого:			470	10,54	5,91	76,68	402,09
Итого ХЕ:						6,39	

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	14777	Сок Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,94
Итого:			180	0,90	0,18	18,18	77,94
Итого ХЕ:						1,52	

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	6948	Огурец солёный Огурцы соленые	40	0,36	0,04	0,75	4,80
147/2004	10355	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне Вода / Макароны изделия / Цыпленок бройлер 1 кат. п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Зелень / Соль пищевая	200	4,37	6,32	12,25	123,37
245/2014	18948	Рыба навага припущенная СМ/Р Навага п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф	80	23,95	6,19	0,25	152,51
476/2013 Самара	15571	Картофель запеченный с растительным маслом Картофель п/ф / Масло растительное / Соль пищевая	150	3,38	5,67	27,55	174,75
699/2004	18370	Напиток лимонный Вода / Лимон свежий / Сахар	180	0,13	0,01	6,42	26,33
ТТК	14398	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25	2,15	0,33	11,30	56,73
	14394	Хлеб ржаной Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,72	0,52	15,92	79,24
Итого:			715	37,05	19,09	74,43	617,72
Итого ХЕ:						6,20	

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
62/97	9083	Салат из свежей капусты (морк.кап.молодая) Салат из свежей капусты (морк.кап.молодая): (Капуста свежая молодая / Морковь свежая молодая / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Лимонная кислота)	40	0,05	1,98	2,28	27,14
Таб.№24/96	16677	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	180	0,72	0,72	17,64	79,92
273/2014	19083	Мясо отварное говядина П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Соль пищевая	50	14,93	12,81	0,26	175,98
313/2014 Дели плюс	16093	Каша пшеничная вязкая м/раст Вода / Крупа пшеничная д/с / Масло растительное	150	3,96	5,43	24,66	163,32
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром Вода / Чай заварка : (Вода / Чай черный) / Сахар	180			9,98	39,92
	14492	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,29	0,20	6,78	34,04
Итого:			615	20,95	21,13	61,60	520,31
Итого ХЕ:						5,13	
Всего:			69,44	46,31	230,88	1 618,06	
Всего ХЕ:						19,24	

Зав.производство: А. И.

Ответственный за питание: _____
СанПиН 2.3/2.4-90-20



Россия, 445043, Самарская область, г.Самара, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru