



Согласовано:

Заведующий Д/с Веселые нотки № 49

Кирсанова Татьяна Витальевна

**МЕНЮ для аллергиков**

на 16.03.2026

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
168/2014	18531	Каша пшеничная вязкая с сахаром Вода / Крупа пшено / Сахар	200/5	5,75	1,65	38,24	190,81
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
<b>Итого:</b>			<b>415</b>	<b>8,00</b>	<b>2,52</b>	<b>63,64</b>	<b>309,24</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>5,30</b>	

**Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84
<b>Итого:</b>			<b>105</b>	<b>0,42</b>	<b>0,32</b>	<b>10,82</b>	<b>47,84</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>0,90</b>	

**Обед 1 (с 3 до 7 лет)**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
25/2004	14723	Салат "Степной" Картофель п/ф / Огурцы соленые д/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Заправка для салатов: (Вода / Масло растительное / Сахар / Лимонная кислота / Соль пищевая) / Соль пищевая	40	0,65	1,58	3,40	30,39
	17734	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне С Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне: (Бульон куриный: (Вода / Цыпленок бройлер 1 кат. п/ф / Соль пищевая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль пищевая / Томатная паста)	200	5,29	7,38	7,61	118,04
300/2014 Дели плюс	14660	Филе куриное отварное Филе куриное / Соль пищевая / Лук репчатый п/ф	50	16,07	1,30	0,40	77,55
460/2013 Самар обл.	18286	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль пищевая	150	3,72	5,51	37,12	212,90
372/2014 Дели плюс	14391	Компот из яблок Вода / Яблоки свежие / Сахар / Лимонная кислота	180	0,16	0,16	11,18	46,86
	14392	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,72	0,26	9,04	45,38
ПП	11873	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
<b>Итого:</b>			<b>670</b>	<b>29,65</b>	<b>16,58</b>	<b>80,69</b>	<b>590,55</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>6,72</b>	

**Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	16991	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	60	0,24	0,18	6,18	27,30
45/2004	12423	Салат из квашенной капусты Капуста квашеная / Лук репчатый п/ф / Сахар песок / Масло растительное	40	0,90	2,03	3,77	36,95
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
476/2013 Самара	18419	Картофель запеченный с растительным маслом Картофель п/ф / Масло растительное / Соль пищевая	130	2,93	5,08	23,88	152,97
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром Вода / Чай заварка : (Вода / Чай черный) / Сахар	180			9,98	39,92
ТТК	14398	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25	2,15	0,33	11,30	56,73
<b>Итого:</b>			<b>485</b>	<b>21,15</b>	<b>20,42</b>	<b>55,37</b>	<b>489,84</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>4,61</b>	
<b>Всего:</b>			<b>59,21</b>	<b>39,84</b>	<b>210,52</b>	<b>1 437,47</b>	
<b>Всего ХЕ:</b>						<b>17,54</b>	

Зав.производства Иурматов А. И.Ответственный за питание  
СанПин 2.3/43380.20

Россия, 445043 Самарская обл. г.Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru