



*Кирсанова*

Согласовано:  
Заведующий Д/с Веселые нотки № 49

Кирсанова Татьяна Витальевна

## МЕНЮ для аллергиков (сад меню №1)

на 19.05.2026

Д/с Веселые нотки № 49 для аллергиков (сад)



### Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	19001	Каша кукурузная вязкая без масла Вода / Крупа кукурузная / Сахар	200	4,73	0,68	42,47	194,94
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>410</b>	<b>6,98</b>	<b>1,55</b>	<b>67,87</b>	<b>313,37</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>5,66</b>	

### Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	16677	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	180	0,72	0,72	17,64	79,92
<b>Итого:</b>			<b>180</b>	<b>0,72</b>	<b>0,72</b>	<b>17,64</b>	<b>79,92</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>1,47</b>	

### Обед 1 (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
58/2014	19179	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне С: (Бульон куриный: (Вода / Цыпленок бройлер. 1 кат. п/ф / Соль пищевая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла свежая п/ф / Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль пищевая)	200	5,26	7,11	12,53	135,15
357/96	7206	Мясо отварное из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф	40	12,10	10,37	0,24	142,69
165/2014 Дели плюс	15139	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло растительное / Соль пищевая	150	8,74	6,49	39,63	251,86
588/96	16572	Компот из сухофруктов Вода / Сухофрукты д/с / Сахар / Лимонная кислота	180			7,19	28,74
	14392	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,72	0,26	9,04	45,38
	14394	Хлеб ржаной Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,72	0,52	15,92	79,24
<b>Итого:</b>			<b>630</b>	<b>30,54</b>	<b>24,74</b>	<b>84,55</b>	<b>683,06</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>7,05</b>	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
62/97	8744	Салат из свежей капусты Салат из свежей капусты: (Капуста свежая п/ф (очищенная) / Морковь свежая п/ф / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Лимонная кислота)	60	0,93	3,02	5,64	53,46
245/2014 Дели плюс	15525	Рыба минтай припущенная СМ/Р Минтай п/ф.пбг.д/с / Масло сливочное 72.5% / Лук репчатый п/ф / Соль пищевая	80/5	21,39	4,84	0,31	130,33
318/2014 Дели плюс	14644	Картофель отварной Картофель отварной : (Картофель п/ф / Масло растительное / Соль пищевая)	150	3,00	5,01	24,45	154,85
392/2014 Дели плюс	14802	Чай без сахара Вода / Чай заварка : (Вода / Чай черный)	180				
	14392	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,72	0,26	9,04	45,38
<b>Итого:</b>			<b>495</b>	<b>27,04</b>	<b>13,12</b>	<b>39,44</b>	<b>384,02</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>3,29</b>	
<b>Всего:</b>			<b>65,28</b>	<b>40,14</b>	<b>209,49</b>	<b>1 460,37</b>	
<b>Всего ХЕ:</b>						<b>17,46</b>	

Зав.производство: А.И.

Ответственный: \_\_\_\_\_  
СанПиН 2.3/2.1.30.010



Россия, 445043, Самарская область, Ижеский район, с/пос. Ягьятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru