



Кирсанова Татьяна Витальевна

Согласовано:  
Заведующий Д/с Веселые нотки № 49

Кирсанова Татьяна Витальевна



## МЕНЮ для аллергиков (сад меню №1)

на 20.05.2026

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          |
| 168/2014              | 18531     | Каша пшенная вязкая с сахаром<br>Вода / Крупа пшено / Сахар       | 200/5      | 5,75             | 1,65        | 38,24        | 190,81        |
| 392/2014<br>Дели плюс | 14384     | Чай с сахаром<br>Вода / Чай заварка : (Вода / Чай черный) / Сахар | 180        |                  |             | 9,98         | 39,92         |
| ПП                    | 14700     | Батон<br>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       | 15059     | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая | 170        | 0,68             | 0,51        | 17,51        | 77,35        |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>170</b> | <b>0,68</b>      | <b>0,51</b> | <b>17,51</b> | <b>77,35</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |            |                  |             | <b>1,46</b>  |              |

### Обед 1 (с 3 до 7 лет)

| Сборник рецептур      | Код блюда | Наименование   | Выход гр.  | Пищевая ценность |              |              |               |
|-----------------------|-----------|--|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
|                       |           |  |            | Белки            | Жиры         | Углеводы     | Ккал          |
| 86/2011               | 17671     | Суп Лапша домашняя на кур. бульоне<br>Суп Лапша домашняя на кур. бульоне: (Бульон куриный: (Вода / Цыплетя бройлер. 1 кат. п/ф / Соль пищевая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Лапша домашняя д/с: (Яйцо куриное столовое шт / Мука в/с / Вода / Соль пищевая) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень) | 200        | 6,75             | 8,50         | 11,45        | 149,29        |
| 300/2014<br>Дели плюс | 14661     | Филе куриное отварное<br>Филе куриное / Соль пищевая / Лук репчатый п/ф  | 40         | 12,86            | 1,04         | 0,32         | 62,03         |
| 317.529/1997          | 14755     | Гороховое пюре<br>Гороховое пюре : (Горох / Масло сливочное 72.5% / Соль пищевая)  | 130        | 14,68            | 4,32         | 30,69        | 220,37        |
| 372/2014<br>Дели плюс | 14391     | Компот из яблок<br>Вода / Яблоки свежие / Сахар / Лимонная кислота   | 180        | 0,16             | 0,16         | 11,18        | 46,86         |
| ТТК                   | 14398     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой   | 25         | 2,15             | 0,33         | 11,30        | 56,73         |
| ПП                    | 14654     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)   | 30         | 2,04             | 0,39         | 11,94        | 59,43         |
| <b>Итого:</b>         |           |  | <b>605</b> | <b>38,64</b>     | <b>14,73</b> | <b>76,89</b> | <b>594,70</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>      |           |  |            |                  |              | <b>6,41</b>  |               |

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

| Сборник рецептур      | Код блюда | Наименование   | Выход гр.    | Пищевая ценность |               |                 |               |
|-----------------------|-----------|--|--------------|------------------|---------------|-----------------|---------------|
|                       |           |  |              | Белки            | Жиры          | Углеводы        | Ккал          |
| 40/2014 Дели плюс     | 15336     | Салат из моркови с яблоками<br>Морковь свежая молодая / Яблоки свежие / Масло растительное   | 40           | 0,11             | 2,08          | 2,01            | 27,18         |
| 357/96                | 7206      | Мясо отварное из говядины<br>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        |
| 315/2014<br>Дели плюс | 15589     | Рис отварной<br>Рис отварной : (Рис / Масло сливочное 72.5% / Соль пищевая)  | 150          | 3,80             | 5,43          | 39,71           | 222,93        |
| 392/2014<br>Дели плюс | 14384     | Чай с сахаром<br>Вода / Чай заварка : (Вода / Чай черный) / Сахар  | 180          |                  |               | 9,98            | 39,92         |
| ТТК                   | 14398     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой   | 25           | 2,15             | 0,33          | 11,30           | 56,73         |
| <b>Итого:</b>         |           |  | <b>435</b>   | <b>18,16</b>     | <b>18,20</b>  | <b>63,24</b>    | <b>489,44</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>      |           |  |              |                  |               | <b>5,27</b>     |               |
| <b>Всего:</b>         |           |  | <b>65,48</b> | <b>35,96</b>     | <b>221,28</b> | <b>1 470,74</b> |               |
| <b>Всего ХЕ:</b>      |           |  |              |                  |               | <b>18,44</b>    |               |

Зав.производство: А. И.

Ответственный за питание  
СанПиН 2.3/2.1.30.00.20

Россия, 445043, Самарская обл., Тольяттинский район, с/пос. Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru

