



Согласовано:  
Заведующий Д/с Веселые нотки № 49

Кирсанова Татьяна Витальевна

Кирсанова Татьяна Витальевна

## МЕНЮ для аллергиков

на 25.11.2025

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<br>Дели принт | 14713     | Яйцо вареное<br>Яйцо куриное столовое шт                                                                               | 40        | 5,10             | 4,60  | 0,30     | 63,00  |
| 2/97                   | 18310     | Повидло порционное<br>Повидло                                                                                          | 20        | 0,08             |       | 13,13    | 52,84  |
| 392/2014<br>Дели плюс  | 14384     | Чай с сахаром<br>Вода / Чай заварка : (Вода / Чай черный) / Сахар                                                      | 180       |                  |       | 9,98     | 39,92  |
| ПП                     | 14714     | Батон<br>Батон                                                                                                         | 40        | 3,00             | 1,16  | 20,56    | 104,68 |
| 168/14                 | 18260     | Каша геркулесовая с сахаром<br>Каша геркулесовая : (Вода / Геркулес / Масло растительное / Соль пищевая) / Сахар песок | 200/5     | 5,33             | 6,88  | 31,75    | 210,22 |
| Итого:                 |           |                                                                                                                        | 485       | 13,51            | 12,64 | 75,72    | 470,67 |
| Итого ХЕ:              |           |                                                                                                                        |           |                  |       | 6,31     |        |

### Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование                             | Выход гр. | Пищевая ценность |      |          |       |
|------------------|-----------|------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------|
|                  |           |                                          |           | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал  |
| Таб. №24/96      | 5186      | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая | 180       | 0,72             | 0,54 | 18,54    | 81,90 |
| Итого:           |           |                                          | 180       | 0,72             | 0,54 | 18,54    | 81,90 |
| Итого ХЕ:        |           |                                          |           |                  |      | 1,55     |       |

### Обед 1 (с 3 до 7 лет)

| Сборник рецептур   | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|--------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
| 33/2011 Дели принт | 14769     | Салат из свеклы<br>Салат из свеклы : (Свекла свежая п/ф / Масло растительное)                                                                                                                                                                                                               | 40        | 0,60             | 2,44  | 3,52     | 38,42  |
| 134/2004           | 18322     | Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне<br>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 / Крупа перловая / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль пищевая | 200       | 5,97             | 7,76  | 11,25    | 138,71 |
| 291/2014           | 18996     | Запеканка картофельная с мясом<br>Картофель п/ф / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сухари панировочные                                                                                                                         | 150       | 13,21            | 11,16 | 26,59    | 259,64 |
| ТТК                | 11691     | Компот из ягод замороженной<br>Вода / Смесь компотная (зам.) / Сахар / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                     | 180       | 0,22             | 0,09  | 23,13    | 94,19  |
|                    | 14392     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                                                                                                                                                                          | 20        | 1,72             | 0,26  | 9,04     | 45,38  |
|                    | 14394     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                                                                                                                                                                                                                                                | 40        | 2,72             | 0,52  | 15,92    | 79,24  |
| Итого:             |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 630       | 24,44            | 22,23 | 89,45    | 655,58 |
| Итого ХЕ:          |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |           |                  |       | 7,45     |        |

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

| Сборник рецептур   | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                       | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |          |
|--------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------|
|                    |           |                                                                                                                                                                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал     |
| Таб. №24/96        | 10235     | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное                                                                                                                                                 | 90        | 0,36             | 0,36  | 10,17    | 45,36    |
| ТАБ 24/96          | 15994     | Икра кабачковая (консерв)<br>Икра кабачковая (консерв) д/с                                                                                                                                         | 30        | 0,63             | 2,84  | 2,71     | 38,92    |
| 298/14 ДеЛи плюс   | 19627     | Голубцы ленивые из говядины с рисом (мясо птицы, говядины)<br>Яйцо куриное столовое шт / Капуста свежая п/ф / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Рис / Масло | 80        | 9,60             | 11,70 | 4,80     | 162,90   |
| 205/2014 Дели плюс | 20256     | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                              | 130/5     | 5,01             | 5,59  | 32,08    | 198,61   |
|                    | 14777     | Сок<br>Сок фруктовый                                                                                                                                                                               | 180       | 0,90             | 0,18  | 18,18    | 77,94    |
|                    | 14392     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                                                                                                 | 20        | 1,72             | 0,26  | 9,04     | 45,38    |
| Итого:             |           |                                                                                                                                                                                                    | 535       | 18,22            | 20,93 | 76,98    | 569,11   |
| Итого ХЕ:          |           |                                                                                                                                                                                                    |           |                  |       | 6,41     |          |
| Всего:             |           |                                                                                                                                                                                                    |           | 56,88            | 56,33 | 260,68   | 1 777,26 |
| Всего ХЕ:          |           |                                                                                                                                                                                                    |           |                  |       | 21,72    |          |

Зав.производство

Ответственный за питание  
СанПиН 2.3/2.1.959-20

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

E-mail: eda0910@mail.ru