



# МЕНЮ для аллергиков

на 26.09.2024

Витальевна

Д/с Веселые нотки № 49 для аллергиков

## Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
213/2011 Дели принт	14713	Яйцо вареное Яйцо куриное столовое шт	40	5,10	4,60	0,30	63,00
	9033	Морковь порционная Морковь свежая п/ф	20	0,26	0,02	1,40	6,82
Таб №4/96,302/200 4	18247	Каша ячневая вязкая с сахаром Вода / Крупа ячневая / Сахар / Соль пищевая	200/5	4,44	0,58	34,03	159,07
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром Вода / Чай заварка : (Вода / Чай черный) / Сахар	180			9,98	39,92
пп	14714	Батон Батон	40	3,00	1,16	20,56	104,68
<b>Итого:</b>			<b>485</b>	<b>12,80</b>	<b>6,36</b>	<b>66,27</b>	<b>373,49</b>
<b>Итого ХЕ:</b>			<b>5,52</b>				

## Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

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

## Обед 1 (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
49/2013	16134	Салат "Ароматный" Капуста свежая п/ф / Огурец свежий д/с / Масло растительное / Вода / Соль пищевая / Лимонная кислота	40	0,52	4,04	1,37	43,92
58/2011 Дели принт	18637	Борщ с картофелем на кур. бульоне Борщ с картофелем на кур. бульоне : (Бульон куриный: (Вода / Цыплетта бройлер.1 кат. п/ф / Соль пищевая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Свекла свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Сахар)	200	4,94	7,04	12,67	133,76
ТТК	19194	Плов из птицы Вода / Рис / Котлетное мясо птицы / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	10,73	10,13	34,77	273,17
382/2014 Дели плюс	14740	Кисель из сока натурального Кисель из сока натурального : (Вода / Сок фруктовый / Сахар / Крахмал картофельный)	180	0,28	0,05	34,05	137,80
пп	14654	Хлеб ржаной Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,04	0,39	11,94	59,43
	14392	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,72	0,26	9,04	45,38
<b>Итого:</b>			<b>620</b>	<b>20,23</b>	<b>21,91</b>	<b>103,84</b>	<b>693,46</b>
<b>Итого ХЕ:</b>			<b>8,65</b>				

## Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	2523	Помидор свежий Помидор свежий	30	0,34	0,06	1,16	6,54
Таб.№24/96	14779	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	150	1,35	0,30	12,15	56,70
256/2014 Дели плюс	18886	Котлета рыбная Любительская (навага) Яйцо куриное столовое шт / СМ/Р Навага пбг / Морковь свежая п/ф / Хлеб пшеничный или хлеб зерновой / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	60	12,28	3,78	3,64	97,72
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
	9349	Мармелад в асс. Мармелад в асс.	15	0,01	0,02	11,39	45,74
	14392	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,72	0,26	9,04	45,38
<b>Итого:</b>			<b>585</b>	<b>18,63</b>	<b>9,50</b>	<b>71,24</b>	<b>444,96</b>
<b>Итого ХЕ:</b>			<b>5,94</b>				
<b>Всего:</b>			<b>1590</b>	<b>52,38</b>	<b>38,30</b>	<b>259,89</b>	<b>1593,80</b>
<b>Всего ХЕ:</b>			<b>21,66</b>				

Зав.производством: Сидорова А.И.

СанПин 2.3/2



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

E-mail: eda0910@mail.ru