



Курсанова



МЕНЮ для аллергиков

на 23.07.2024

Витальевна

Курсанова Татьяна

Веселые нотки № 49 для аллергиков

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
2/97	18310	Повидло порционное Повидло	20	0,08		13,13	52,84
таб 4/96	19002	Каша гречневая вязкая с сахаром Вода / Крупа гречневая / Сахар	200	6,30	1,65	30,55	162,23
392/2014 Дели плюс	14384	Чай с сахаром Вода / Чай заварка : (Вода / Чай черный) / Сахар	180			9,98	39,92
ТТК	19746	Морковь порционная (молодая) Морковь свежая молодая д/с	25	0,03		0,18	0,88
пп	14714	Батон Батон	40	3,00	1,16	20,56	104,68
Итого:			465	9,41	2,81	74,40	360,56
Итого ХЕ:			6,20				

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
б.№24/96	15983	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие д/с	130	2,03	0,68	28,35	127,58
Итого:			130	2,03	0,68	28,35	127,58
Итого ХЕ:			2,36				

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	15395	Помидор свежий Помидор свежий д/с	20	0,22	0,04	0,78	4,37
	17734	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне С Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне: (Бульон куриный: (Вода / Цыпята 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
245/2014 Дели принт	16104	Рыба минтай припущенная СМР Минтай п/ф.пбг д/с / Лук репчатый п/ф / Соль пищевая	80	21,33	1,21	0,16	96,88
8/2011 Дели принт	19265	Картофель отварной Картофель отварной : (Картофель п/ф / Масло растительное / Соль пищевая)	130	2,60	4,34	21,19	134,20
699/2004,ТК43 6/2008	14873	Напиток из апельсинов Вода / Апельсины свежие / Сахар	180	0,18	0,04	7,59	31,44
	14394	Хлеб ржаной Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,72	0,52	15,92	79,24
ТТК	14398	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25	2,15	0,33	11,30	56,73
Итого:			675	34,49	13,86	64,55	520,90
Итого ХЕ:			5,38				

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	16659	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоки свежие местные д/с	100	0,40	0,40	9,80	44,40
16/04	14587	Салат из свежих огурцов Огурец свежий д/с / Масло растительное	40	0,26	2,43	0,70	25,77
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
315/2014 Дели плюс	7714	Рис отварной Рис отварной : (Рис / Масло растительное / Соль пищевая)	130	3,25	6,31	34,34	207,14
	14777	Сок Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,94
ТТК	14398	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25	2,15	0,33	11,30	56,73
Итого:			525	23,03	10,94	74,73	489,53
Итого ХЕ:			6,23				
Всего:			68,96	28,29	242,03	1 498,56	
Всего ХЕ:			20,17				

Зав.производство

СанПиН 2.3/2



Россия, 445043, ...

E-mail: eda0910@mail.ru