



Согласовано:  
Заведующий Д/с № 53 "Чайка", ул.  
Мира, 10  
Степанова  
Светлана Леонидовна

## МЕНЮ для аллергиков

на 27.12.2024

Д/с № 53 "Чайка", ул. Мира, 10 для аллергиков

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход на 100 гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

### Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

	14654	Яйцо вареное Яйцо куриное столовое шт	40	5,10	4,60	0,30	63,00
	15199	Каша геркулесовая с сахаром Вода / Геркулес / Масло растительное / Сахар / Соль пищевая	200/5	5,33	6,88	31,75	210,22
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром Вода / Сахар / Чай черный	180			9,98	39,92
	13916	Батон Батон	40	3,00	1,16	20,56	104,68

Итого: 13,43 12,64 62,59 417,82

### Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

	15002	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	150	0,60	0,45	15,45	68,25
--	-------	--	-----	------	------	-------	-------

Итого: 0,60 0,45 15,45 68,25

### Обед 1 (с 3 до 7 лет)

	13874	Салат Здоровье Свекла свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Соль пищевая	40	0,70	7,34	2,77	79,94
	15412	Суп из овощей Вода / Горошек зеленый консервированный / Капуста п/ф очищ / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль пищевая	200	1,60	3,62	9,12	75,42
276/2014 Дели плюс	13051	Жаркое по-домашнему из цыплят Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль пищевая / Котлетное мясо куриное д/с	25/150	8,20	8,48	39,44	266,85
	14830	Напиток лимонный Лимон свежий / Сахар / Вода	180	0,13	0,01	6,42	26,33
	14405	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный (нарезной)	35	2,77	0,35	16,91	81,83
	12807	Хлеб ржаной Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,72	0,52	15,92	79,24

Итого: 16,12 20,32 90,57 609,60

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

	15698	Салат из моркови с яблоками и маслом раст. Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Яблоки свежие	60	0,53	3,15	5,07	50,72
	14843	Филе куриное отварное Лук репчатый п/ф / Соль пищевая / Филе куриное зам д/с	40	0,02		0,10	0,50
	15431	Рис отварной Масло растительное / Рис / Соль пищевая	130	3,25	6,31	34,34	207,14
	12849	Сок Сок фруктовый 1 л.	180	0,90	0,18	18,18	77,94
	671	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25	2,13	0,25	13,92	66,45

Итого: 6,83 9,89 71,62 402,75  
Всего: 36,97 43,29 240,23 1 498,42

Зав. производством

Ответственный за производство  
2.3/2.4.3590-20



Россия, 445043, Самара обл., г. Тольятти, ул. Северная, 35

E-mail: gamma\_ps@mail.ru