

МЕНЮ для аллергиков Каршина

на 16.04.2025

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

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

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

	13620	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	60	0,24	0,18	6,18	27,30
	15201	Каша ячневая вязкая с сахаром Крупа ячневая / Вода / Соль пищевая / Сахар	200/5	4,44	0,58	34,03	159,07
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:				7,68	1,92	70,75	330,97

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

	13297	Сок Сок фруктовый 1 л.	200	1,00	0,20	20,20	86,60
Итого:				1,00	0,20	20,20	86,60

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

	14426	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом растительным Помидор свежий д/с / Огурец свежий д/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль пищевая	40	0,39	2,46	1,43	29,40
77/2014 Дели плюс	13336	Суп картофельный Вода / Зелень / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль пищевая	200	2,08	2,40	16,05	94,09
	14841	Филе куриное отварное Филе куриное зам д/с / Лук репчатый п/ф / Соль пищевая	50	0,02		0,13	0,64
313/2014 Дели плюс	15224	Каша пшеничная вязкая м/раст Вода / Крупа пшеничная д/с / Масло растительное	150	3,96	5,43	24,66	163,32
378/2014 Дели плюс	13299	Кисель из ягод Вода / Крахмал / Сахар / Смесь ягодная замороженная д/с	180	0,20	0,08	14,32	58,81
	671	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25	2,13	0,25	13,92	66,45
	12807	Хлеб ржаной Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,72	0,52	15,92	79,24
Итого:				11,51	11,14	86,43	491,95

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

ТТК	12871	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоки свежее местное	70	0,28	0,28	6,86	31,08
	15096	Филе индейки отварное Лук репчатый п/ф / Филе из индейки	40	7,38	8,82	0,26	109,92
336/2014 Дели плюс	12898	Капуста свежая тушеная Капуста п/ф очищ / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Сахар / Соль пищевая	130	3,10	4,74	12,96	106,85
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром Вода / Сахар / Чай черный	180			9,98	39,92
	12794	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,72	0,26	9,04	45,38
Итого:				12,48	14,09	39,10	333,15
Всего:				32,66	27,35	216,47	1 242,66

Зав.производством

Ответственный за производство
2.3/2.4.3590-20



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

E-mail: gamma_ps@mail.ru