



ГАММА-ПЛЮС

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

МЕНЮ для аллергиков

на 30.04.2025

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

	13767	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
	15266	Каша пшенная вязкая с сахаром на воде б/м А / Крупа пшено / Сахар	200/5	5,75	1,65	38,24	190,81
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:				9,15	3,11	79,08	380,91

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
	15370	Борщ с капустой и картофелем Вода / Капуста п/ф очищ / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Сахар / Свекла свежая п/ф / Томатная	200	1,62	4,13	10,66	86,31
	14993	Гуляш из отварного мяса свинины Свинина б/к(карбонад) д/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Мука в/с / Вода / Соль пищевая	40/40	11,76	18,75	2,72	226,61
317/2014 Дели плюс	15847	Макароны отварные Макаронные изделия / Масло растительное / Вода / Соль пищевая	130/5	5,01	5,59	32,08	198,61
	14846	Компот из сливы Слива свежемороженая / Сахар / Лимонная кислота / Вода	180	0,14	0,05	7,72	31,93
	12806	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	30	2,58	0,39	13,56	68,07
ТТК	12822	Хлеб ржаной Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,36	0,26	7,96	39,62
Итого:				22,85	31,63	76,12	680,54

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

	13097	Десерт фруктовый яблоко Яблоки свежие местные д/с	80	0,32	0,32	7,84	35,52
	14938	Салат из моркови с яблоками Масло растительное / Морковь свежая / Яблоки свежие	60	0,55	3,15	5,18	51,24
	14841	Филе куриное отварное Филе куриное зам д/с / Лук репчатый п/ф / Соль пищевая	50	0,02		0,13	0,64
	15429	Картофель отварной Картофель п/ф / Масло растительное / Соль пищевая	130	2,60	4,34	21,19	134,22
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:				5,21	8,07	53,36	306,92
Всего:				38,21	43,01	228,75	1 454,97

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