



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

## МЕНЮ для аллергиков

на 02.06.2025

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)

|                    |       |                                                                                            |       |      |      |       |        |
|--------------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
|                    | 15199 | Каша геркулесовая с сахаром<br>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<br>Вода / Сахар / Чай черный                                                 | 180   |      |      | 9,98  | 39,92  |
|                    | 13916 | Батон<br>Батон                                                                             | 40    | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 104,68 |
| Итого:             |       |                                                                                            |       | 8,33 | 8,04 | 62,29 | 354,82 |

### Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

|        |       |                                          |     |      |      |       |       |
|--------|-------|------------------------------------------|-----|------|------|-------|-------|
|        | 14375 | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая | 140 | 0,56 | 0,42 | 14,42 | 63,70 |
| Итого: |       |                                          |     | 0,56 | 0,42 | 14,42 | 63,70 |

### Обед 1 (с 3 до 7 лет)

|                    |       |                                                                                                                     |     |      |      |       |        |
|--------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| №24/94             | 6664  | Помидор свежий<br>Помидор свежий                                                                                    | 20  | 0,22 | 0,04 | 0,78  | 4,36   |
|                    | 15159 | Суп картофельный с рисом<br>Вода / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Рис | 200 | 1,70 | 2,30 | 13,95 | 83,29  |
|                    | 14841 | Филе куриное отварное<br>Филе куриное зам д/с / Лук репчатый п/ф / Соль пищевая                                     | 50  | 0,02 |      | 0,13  | 0,64   |
| 314/2014 Дели плюс | 14035 | Каша ячневая вязкая<br>Вода / Крупа ячневая / Соль пищевая / Масло растительное                                     | 150 | 3,23 | 4,83 | 21,12 | 140,85 |
| 372/2014           | 12867 | Компот из яблок<br>Вода / Лимонная кислота / Сахар / Яблоки свежие                                                  | 180 | 0,16 | 0,16 | 11,18 | 46,86  |
|                    | 12794 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                                                                  | 20  | 1,72 | 0,26 | 9,04  | 45,38  |
|                    | 15332 | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                                                                        | 35  | 2,38 | 0,46 | 13,93 | 69,34  |
| Итого:             |       |                                                                                                                     |     | 9,43 | 8,05 | 70,14 | 390,72 |

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

|                    |       |                                                                                 |     |       |       |        |          |
|--------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|----------|
| ТТК                | 12833 | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоки свежие местные                              | 60  | 0,24  | 0,24  | 5,88   | 26,64    |
| 16/04              | 13595 | Салат из свежих огурцов<br>Огурец свежий д/с / Масло растительное               | 40  | 0,26  | 2,43  | 0,70   | 25,77    |
|                    | 14841 | Филе куриное отварное<br>Филе куриное зам д/с / Лук репчатый п/ф / Соль пищевая | 50  | 0,02  |       | 0,13   | 0,64     |
|                    | 15429 | Картофель отварной<br>Картофель п/ф / Масло растительное / Соль пищевая         | 130 | 2,60  | 4,34  | 21,19  | 134,22   |
| 392/2014 Дели плюс | 12824 | Чай с сахаром<br>Вода / Сахар / Чай черный                                      | 180 |       |       | 9,98   | 39,92    |
|                    | 12794 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой                              | 20  | 1,72  | 0,26  | 9,04   | 45,38    |
| Итого:             |       |                                                                                 |     | 4,84  | 7,28  | 46,93  | 272,57   |
| Всего:             |       |                                                                                 |     | 23,16 | 23,79 | 193,77 | 1 081,82 |

Зав.производством

Ответственный за питание  
2.3/2.4.3590-20



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

E-mail: gamma\_ps@mail.ru