



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

Светлана Леонидовна

МЕНЮ для аллергиков (сад) № 1

на 21.09.2026

Д/с № 53 "Чайка", ул. Мира, 10

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

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

	15126	Каша кукурузная вязкая с сахаром Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Сахар	200/5	4,59	6,66	44,25	255,29
	15948	Кофейный напиток растворимый Кофейный напиток / Вода / Сахар	200	0,48	0,02	26,84	109,42
ТТК	13581	Батон Батон в ассортименте	30	0,23	0,09	1,54	7,85
Итого:				5,29	6,76	72,64	372,57

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

	13561	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	90	0,36	0,27	9,27	40,95
Итого:				0,36	0,27	9,27	40,95

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

16/04	13595	Салат из свежих огурцов Огурец свежий д/с / Масло растительное	40	0,26	2,43	0,70	25,77
	14621	Щи из свежей капусты с картофелем на Вода / Капуста п/ф очищ / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль пищевая / Томатная паста / Цыплята бройлер.1 кат. п/ф	200	5,30	7,38	7,61	118,08
	15271	Бифштекс рубленый из говядины А / Масло растительное / Соль пищевая / Фарш Мясной дуэт из мяса курицы и говядины	53	8,97	15,35		173,99
	15058	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая / Масло растительное / Вода / Соль пищевая	150	8,74	6,49	39,63	251,86
	14830	Напиток лимонный Лимон свежий / Сахар / Вода	180	0,13	0,01	6,42	26,33
	12794	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,72	0,26	9,04	45,38
	14243	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,53
Итого:				26,82	32,25	73,35	690,93

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

ТТК	13693	Салат из свежих помидоров с луком Помидор свежий д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	60	0,73	4,12	2,92	51,70
	14843	Филе куриное отварное Лук репчатый п/ф / Соль пищевая / Филе куриное зам д/с	40	0,02		0,10	0,50
	14832	Рис отварной с овощами Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль пищевая	150	3,72	5,51	37,12	212,90
	14775	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Чай черный /) / Вода	180	0,12	0,03	0,02	0,85
	12794	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,72	0,26	9,04	45,38
Итого:				6,30	9,92	49,21	311,33
Всего:				38,78	49,20	204,46	1 415,78

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