



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

МЕНЮ для аллергиков (сад) № 1

на 22.09.2026

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)

	14654	Яйцо вареное Яйцо куриное столовое шт	40	5,10	4,60	0,30	63,00
	15129	Каша рисовая вязкая с сахаром на воде Вода / Рис / Сахар / Соль пищевая	200/5	3,11	0,44	37,85	167,81
392/2014 Дели плюс	12824	Чай с сахаром Вода / Сахар / Чай черный	180			9,98	39,92
ТТК	13581	Батон Батон в ассортименте	30	0,23	0,09	1,54	7,85

Итого: 8,43 5,13 49,67 278,58

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

	12849	Сок Сок фруктовый 1 л.	180	0,90	0,18	18,18	77,94
--	-------	---------------------------	-----	------	------	-------	-------

Итого: 0,90 0,18 18,18 77,94

Обед 1 (с 3 до 7 лет)

таб.24/1996	13692	Помидор свежий Помидор свежий д/с	20	0,22	0,04	0,76	4,28
	15013	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне Вода / Зелень / Лук репчатый п/ф / Макароны изделия / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль пищевая / Цыплята бройлер.1 кат. п/ф	200	4,37	6,32	12,25	123,37
	15044	Рыба минтай припущенная СМ/Р Минтай (потр.б/т) д/с / Лук репчатый п/ф / Соль пищевая	60	15,93	0,90	0,16	72,50
	15193	Картофель отварной м/р Картофель п/ф / Масло растительное / Соль пищевая	150	3,00	5,01	24,45	154,85
372/2014	12867	Компот из яблок Вода / Лимонная кислота / Сахар / Яблоки свежие	180	0,16	0,16	11,18	46,86
	14243	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,53
	671	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25	2,13	0,25	13,92	66,45

Итого: 27,51 13,01 72,68 517,83

Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)

20/14 Дели плюс	12815	Салат из свежей капусты Капуста п/ф очищ / Лимонная кислота / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Сахар / Соль пищевая	40	0,62	2,03	3,76	35,81
	13887	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоки свежее местное	155	0,62	0,62	15,19	68,82
	15095	Мясо отварное говядина Говядина п/ф крупнокусковой кусок б/к кат.А / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Соль пищевая	50	14,93	12,81	0,26	176,05
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
	15232	Каша ячневая вязкая м/р А Вода / Крупа ячневая / Масло растительное / Соль пищевая	100	2,15	3,22	14,08	93,90

Итого: 20,04 18,94 52,31 459,88

Всего: 56,89 37,26 192,83 1 334,24

Зав.производством

Ответственный за п/д



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

E-mail: gamma_ps@mail.ru