

МЕНЮ для аллергических групп

16.07.2026г.

Завтрак:

Наименование блюд	Масса Порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин	
			белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
		сод	Я	С	Я	С	Я	С	Я	С	Я	С
Каша ячневая на воде (без сахара)		180		6,03		4,95		20,70		151,20		
Чай черный (без сахар)		180		0,06		0,02		0,02		0,00		0,03
Хлеб ржаной		40		2,64		0,48		15,84		79,20		
Масло сливочное порционно		3		0,02		2,18		0,04		19,80		

2-ой Завтрак:

Сок		200		1,00		0,00		20,20		85,34		4,00
-----	--	-----	--	------	--	------	--	-------	--	-------	--	------

Обед:

Салат из свеклы с яблоками		60		0,65		3,1		3,86		46,02		
Щи со свежей капустой,с картофелем на бульоне из индейки,со сметаной		180/7		1,45		4,57		4,50		68,94		12,36
Индейка тушеная с овощами по-татарски		40\30		10,76		10,11		4,01		150,93		5,03
Лапша рисовая отварная с маслом сливочным		130/3		5,02		2,89		27,04		154,22		
Компот из урюка		180		0,40		0,02		16,60		68,20		2,44
Хлеб ржаной		45		2,98		0,54		17,42		89,10		

Полдник:

Кисломолочный напиток(напиток ацидофильный)		180		5,22		4,50		7,56		92,00		0,45
Хлебцы		10		1,19		1,04		7,24		36,20		0,06

Ужин:

Плов из говядины		200		18,40		19,11		32,51		396,00		0,35
Чай зеленый(без сахара)		180		0,06		0,02		0,02		0,00		0,03
Хлеб ржаной		40		2,64		0,48		15,84		79,20		



МЕНЮ
16.07.2026г.
Завтрак:

Наименование блюد	Масса Порции		Пищевые вещества						Энергети ческая ценность		Витамин	
	ясли	сад	белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
			Я	С	Я	С	Я	С	ясли	сад	ясли	сад
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	4,70	6,04	4,80	5,54	23,25	30,04	171,47	214,80		
Кофейный напиток с молоком	180/6	180/6	2,85	2,85	2,41	2,41	10,35	5,99	74,58	74,58	1,17	1,17
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,68		

2-ой Завтрак:

Сок	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00
-----	-----	-----	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	------

Обед:

Салат из свеклы с яблоками	40	60	0,44	0,65	3,1	3,1	2,07	3,86	30,68	46,02		
Щи со свежей капустой,с картофелем на бульоне из индейки,со сметаной	150/5	180/7	1,11	1,36	3,70	4,59	3,94	4,77	57,00	70,02	9,59	8,00
Индейка тушеная с овощами по-татарски	30/30	40/30	4,06	10,76	4,76	10,11	19,42	19,42	136,73	150,93	0,00	5,03
Макаронные изделия отварные,с маслом сливочным	110/2	130/3	4,06	4,81	4,76	6,09	19,42	22,96	136,73	165,79	0,00	0,00
Компот из урюка	150	180	0,35	0,40	0,02	0,02	13,83	16,60	56,83	68,20	0,00	2,44
Хлеб пшеничный	20	35	1,52	2,66	0,16	0,28	9,84	17,22	47,00	82,25	0,00	0,00
Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19		

Полдник:

Кисломолочный напиток(напиток ацидофильный)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,54
---	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	------	------

Ужин:

Запеканка творожная с молоком сгущённым	110/20	130/20	20,73	24,20	16,98	20,06	29,49	32,78	353,40	408,20	0,49	0,54
Чай с сахаром	150/5	180/6	0,053	0,06	0,015	0,02	5,02	6,02	20,08	24,10	0,02	0,03