Заведующий ГБДОУ № 107 Доля Г.В./

#### **МЕНЮ** 17 ноября 2025 г.

Аллергики сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	техн.	Наименование блюда	230%	Химический состав			Энерге- тическая	Вита-
			Выход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	цен- ность, ккал	мин С, мг
		Завтр	ак					
TTK	17	ХЛЕБ (АЛЛЕРГИКИ) (хлеб ржано-пшеничный эбог, микронутриентами)	30					0
ттк	189	КАША ПШЕ-ІНАЯ С САХАРОМ И М/Р (АЛЛЕРГИКИ) (пшено, вода питьевая, ⇔ль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафиниро≡аное)	200	7,2	8,3	35	226	0
	TTK № - 035	ЧАЙ С САХАРО И (чай черный байховый, с∋хар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			310	0,5	0,4	15,7	71	10
		II Завт	рак					
TTK	9.1.2.2	ГРУША СВЕЖАЯ (АЛЛЕРГИКИ) (груша)	100	0,4	0,3	10,3	47	0
Итого			100	0,4	0,3	10,3	47	.0
		Обе,	q.					
	TTK № -17	*ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,4		0,9	7	0
ттк	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (АЛЛЕРГИКИ) (картофень, морковь, лу репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), говядина б/к)	200	5	7,7	11	179	0
ттк	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (АЛЛЕРГИКИ) (грудка птицы (филе), лук репчатый, морховь, соль йодированная, вода питьевая)	70	18	18,2	0,6	238	0,9
	TTK № 338	ВОДА ПИТЬЕВАН)  ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ  (морковь, картофель, гоношек зеленый консервы, капуста белокочанная, соль йоды рованная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло с_адко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	130	1,8	0,1	8,4	87	0
	TTK № -394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (АЛЛЕРГИКИ) (яблоки, вода питьевая, ∋ахар песок)	180	0,1	0,1	11,3	48	1,5
	TTK № -016	ХЛЕБ РЖАНО-ГШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог, микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
Итого			650	26,7	26,3	40,7	600	2,4
		Уплотненны	и Полдни	ik				
ттк	282	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (АЛЛЕРГИКИ) (говяжья печень, масло тодсолнечное рафинированое, картофель, лук репчатый, соль йодирошанная, вода питьевая)	200	14,1	12,5	30,4	304	23,2
2008	441	НАПИТОК ИЗ ППОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,7	0,3	24,4	103	0
	TTK № - 016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	0
	TTK № -26	ПЕЧЕНЬЕ (печенье овсяное)	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого	1	<u> </u>	260	6,4	4,5	71,2	352	0
Всего				34	31,5	137,9	1070	12,4

Повар #

Заведующий ГБДОУ № 107 ИДС /Доля Г.В./

# МЕНЮ

18 ноября 2025 г.

### Аллергики сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая	Вита-
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	цен- ность, ккал	мин С, мг
		Завтр	ак				Nine 21	-
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (ХЛЕБ) (АЛЛЕРГИКИ) (сыр российский, хлеб ржав о-пшеничный обог. микронутриентами)	30	4,1	3,9	9	88	0
ттк	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С М/Р И САХАРОМ (АЛЛЕЭГИКИ) (крупа гречневая ядрица, в∋да питъевая, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечно∈ рафинированое)	200	11,2	8,7	56,2	348	0
TTK	35	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			9,1	34	0
Итого			430	15,3	12,6	74,3	470	0
		II Завт	рак			2.311		
TTK	9.1.2.2	ГРУША СВЕЖАЯ АЛЛЕРГИКИ) (груша)	100	0,4	0,3	10,3	47	0
Итого			100	0,4	0,3	10,3	47	0
		Обед	4					
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК (морковь, яблоки, масло подсолнечное рафинированое)	50	0,4	0,1	4,5	41	0
ТТК	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ (АЛЛЕРГИКИ)  (морковь, картофель, лук р∗пчатый, огурцы соленые, маспо подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к)	190	5,7	7,5	13,1	122	0
ттк	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (АЛЛЕРГИКИ)  (грудка птицы (филе), маслю подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая)	200	19,9	23,1	33	420	1,4
	TTK № -394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (АЛЛЕРГИКИ) (яблоки, вода питьевая, са»эр песок)	180	0,1	0,1	11,3	48	1,5
1	TTK № -016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный об «г. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
Итого			640	27,5	31	70,4	672	2,9
		Уплотненный	Полдни	<				
ттк	206	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ (ПТИЦА) (АЛЛЕРГИКИ) (грудка птицы (филе), картфель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая)	200	9,3	13,6	25,3	282	0
	TTK № - 016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный об»г. микронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	0
	TTK № - 035	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
2012	TTK №9.1. 4.1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43	0
ТТК	26	ПЕЧЕНЬЕ (АЛЛЕНТИКИ) (печенье овсяное)	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого	<b>Лтого</b>			16	18	86,1	598	0
Bcero				59,2	61,9	241,1	1787	2,9

Позар \_\_\_\_\_

Заведующий ГБДОУ № 107 \_/Доля Г.В./

### МЕНЮ

19 ноября 2025 г.

Аллергики сад 12 часов

retail to					4 14			
Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Хими	ческий состав		Энерге- тическая	Вита-
			Быход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	цен- ность, ккал	мин С, мг
		Завтр	ак				7411621	
TTK	17	ХЛЕБ (АЛЛЕРГИКЛ) (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30					0
ттк	189	КАША КУКУРУЗНАЯ С М/Р И САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ) (крупа кукурузная, вода пиъевая, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое)	200	3,8	6,2	21	154	0
TTK	35	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ) (чай черный байховый, вод в питьевая, сахар песок)	200	1 2		9,1	34	0
Итого			430	3,8	6,2	30,1	188	0
		II Завт	рак					
ттк	9.1.2.2	ГРУША СВЕЖАЯ АЛЛЕРГИКИ)	100	0,4	0,3	10,3	47	0
Итого			100	0,4	0,3	10,3	47	0
		Обед	1		10.7	, , , ,		
100		*САЛАТ "СТЕПНСЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ		-				
2008	30	(картофель, морковь, горош∋к зеленый консервы, лук репчатый, огурцы соленые, масло под=олнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьев вя)	50	0,6	3,8	3	47	0
ттк	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (АЛЛЕРГИКИ) (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное	200	5	7,7	11	179	0
		рафинированое, вода пить⊜ая, соль йодированная, петрушка (зелень), говядина б/к)			3.11		113	Ü
TTK	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (говядина б/к, морковь, лук ⊴епчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода пить⊜ая, соль йодированная)	70	6,4	8,4	7	102	0
	TTK № 205	МАКАРОННЫЕ ИЄДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш ⊃орт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	130	3,6	3,2	26	145	0
	TTK № 042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛО≺ (яблоки, сахар песок, крахмыл картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,1	0,1	22,7	105	0
	TTK № - 016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обст. микронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	0
Итого			600	12	15,1	79,7	558	0
		Уплотненный	Полднин	(				
ттк	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ АЛЛЕРГИКИ)  (грудка птицы (филе), маслс подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая)	200	20,2	22,4	33,7	417	1,3
ттк	35	ЧАЙ С САХАРОМ АЛЛЕРГИКИ) (чай черный байховый, вод∈ питьевая, сахар песок)	200	0,1		9,9	40	0
2012	9.1.5.2	БАНАН СВЕЖИЙ (банан)	100	1,5	0,5	20,9	96	10
ТТК	17	ХЛЕБ (АЛЛЕРГИКЫ) (хлеб ржано-пшеничный обс∹, микронутриентами)	30					0
1того			530	21,8	22,9	64,5	553	11,3
Всего				38	44,5	184,6	1346	11,3



Заведующий ГБДОУ № 107 /Доля Г.В./

#### МЕНЮ

20 ноября 2025 г.

#### Аллергики сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	1	Химический состав			Энерге- тическая	Вита-
			Выход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	цен- ность, ккал	мин С, мг
		Завтр	ак					
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон наре ной пшен мука высш сорт обог. микронутриентами)	30	3,4	4,2	10	69	0
ттк	189	КАША ПШЕННАЯ С САХАРОМ И М/Р (АЛЛЕРГИКИ) (пшено, вода питьевая, соль ¬одированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинировансе)	200	7,2	8,3	35	226	0
ттк	35	ЧАЙ С САХАРОМ (ЭЛЛЕРГИКИ) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			9,1	34	0
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			530	11	12,9	63,9	376	10
		II Завт	оак					
ттк	9.1.2.2	ГРУША СВЕЖАЯ (АЛЛЕРГИКИ) (груша)	100	0,4	0,3	10,3	47	0
Итого			100	0,4	0,3	10,3	47	0
		Обед	1					
	TTK № -17	*ОГУРЕЦ СОЛЕНЬ Й (огурцы соленые)	50	0,4	1	0,9	7	0
ттк	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ПТИЦЕЙ (АЛЛЕРГМКИ)  (капуста белокочанная, карт «фель, лук репчатый, морковь, маспо подсолнечное рафинирован»е, соль йодированная, вода питьевая, петрушка (зелень), грудка піты (филе)	200	3,8	6,6	6	99	9,3
ттк	228	БИТОЧКИ РЫЗНЫЕ (АЛЛЕРГИКИ) (рыба филе в ассортименте_пук репчатый, вода питьевая, соль йодированная, масло подсол нечное рафинированое)	80	8,5	6,3	1,2	96	0,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛ∋НОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодирован ∋я, вода питьевая)	130	5,6	4,6	13,5	143	0
	TTK № - 035	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, саха⇒ песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
	TTK № - 016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обс микронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	0
Итого			600	12,6	11,5	43,3	355	9,3
		Уплотненный	Полдни	IK				
2008	40	*САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ (капуста квашеная, лук репчатый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое)	50	1	2,6	3,9	42	0
ттк	206	ЖАРКОЕ ПО- ДОМ-АШНЕМУ (ПТИЦА) (АЛЛЕРГИКИ) (грудка птицы (филе), картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинирован-эе, соль йодированная, вода питьевая)	200	9,3	13,6	25,3	282	C
	TTK № -394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (АЛЛЕРГИКИ) (яблоки, вода питьевая, сах р песок)	180	0,1	0,1	11,3	48	1,5
	TTK № -016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обст. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	C
TTK	26	ПЕЧЕНЬЕ (АЛЛЕРТИКИ)	40	3	3,9	29,8	167	(
Итого			490	14,8	20,4	78,8	580	1,8
Bcero				38,8	45,1	196,3	1358	20,8

Заведующий ГБДОУ № 107 /Доля Г.В./

## МЕНЮ

21 ноября 2025 г.

Аллергики сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наил енование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая	Вита-
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	цен- ность, ккал	мин С, мг
1.0		Завтр	ак				KRUJI	
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог, микронутриентами)	30	1,6	0,6	14,8	70	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ⊃ М/Р И САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ) (крупа рисовая, вода пить⊞ая, соль йодированная, сахар лесок, масло подсолнечное рафи⊾ированое)	200	2	6,1	27,1	171	0
TTK	35	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			9,1	34	0
Итого			430	3,6	6,7	51	275	0
		II Завт	рак					
ттк	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (АЛЛЕРГИКИ) (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	0
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	0
		Обед						
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЬІ (свекла, масло подсолнечние рафинированов, соль йодированная, вода питьевая)	50	0,8	2,9	4	46	0
ттк	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМЫ (АЛЛЕРГИКИ) (картофель, морковь, лук р ∗пчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питышвая, соль йодированная, говядина б/к)	200	5,5	5,6	11,5	119	5,8
ТТК	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (АЛЛЕРГИКИ)  (грудка птицы (филе), лук гэпчатый, морковь, соль йодированная, вода питьевая)	70	18	18,2	0,6	238	0,9
ттк	351	РАГУ ОВОЩНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (картофель, морковь, лук р∗пчатый, тыква, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафи⊢мрованое, соль йодированная, вода питьевая)	150	2,2	6	12,6	114	11
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок в ассортименте 1л)	180	1	0,2	20	86	0
	TKNº- 016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный об∝г. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
Итого			320	21,2	21,5	33,1	411	0,9
		Уплотненный	Полднин	(		X.1		
	TTK № 298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (АЛЛЕРГИКИ) (капуста белокочанная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая)	200	10,4	14,3	26,5	251	0
	TTK № -394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (АЛЛЕРГИКИ) (яблоки, вода питьевая, сахэр песок)	180	0,1	0,1	11,3	48	1,5
	TTK № -016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обст. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ттк	26	ПЕЧЕНЬЕ (АЛЛЕРТИКИ) (печенье овсяное)	40	3	3,9	29,8	167	0
/того			240	4,5	4,2	49,6	256	1,5
Зсего				29,7	32,8	143,5	989	2,4

Позар \_\_\_\_\_