МЕНЮ 1 ноября 2025 г.

аллергики сад

		Хим	ический сос	гав	Энерге-
Наименование блюда	Выход -	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	Завт	грак		All High	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	180	10,7	5,1	48,2	281
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	35	5,5	4,4	2,1	70
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	1
Итого		18	9,7	70,2	439
	II 3ae	трак	v 4-,		Augus -
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ М. Д. Ж. 2,5%	180	5	4,5	8,1	102
Итого		5	4,5	8,1	102
	Об	ед			
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	BUTTE ST	5,8		52
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) И ПТИЦЕЙ (ИНДЕЙКА)	200	4,4	5	11,6	110
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА)	70	11,8	13,6	9,2	205
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	135	2,7	5,4	21,3	145
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	4,3	0,4	49,2	218
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (БЕЗ САХАРА)	180				
Итого		23,2	30,2	91,3	730
	Полд	дник		REY,	
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	70	11,3	14,2	8,5	207
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ ТУШЕНАЯ	130	2,7	4,3	7,7	82
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕНЫЕ)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		16,2	19,1	45,9	424
Bcero -		62,4	63,5	215,5	1695

МЕНЮ 5 ноября 2025 г.

аллергики сад

Наименование блюда	Выход	Хим	ический сост	гав	Энерге- тическая
паименование олюда		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	Завт	грак			
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)	180	5,8	3	25,3	153
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (НА ХЛЕБЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА)	35	5,2	4,6	19,7	142
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	
Итого		12,8	7,8	64,9	383
	II Зав	трак			
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	4,5	7,2	95
Итого		5,2	4,5	7,2	95
	Об	ед			
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		5,8		52
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) И ПТИЦЕЙ (ИНДЕЙКА)	200	4,4	5	11,6	110
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	70	11,3	14,2	8,5	207
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	130	7,7	3,6	34,8	202
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	4,3	0,4	49,2	218
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (БЕЗ САХАРА)	180	0,9	0,1	14,3	62
Итого		28,6	29,1	118,4	851
	Полд	дник		3 F 3 T	
МАКАРОННИК С МЯСОМ (С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ БЕЗ ГЛЮТЕНА)	200	25,4	35,2	36,6	565
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	1
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕНЫЕ)	100	0,4	0,4	9,8	47
ВАФЛИ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого		28,2	36,5	81,8	771
Всего		74,8	77,9	272,3	2100

МЕНЮ

6 н^оября 2025 г. аллергики сад

Наименование блюда	Выход -	Хим	ический сост	гав	Энерге- тическая ценность, ккал
паименование олюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завт	грак			
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)	180	4,4	2,6	24,3	139
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	40	3,4	0,3	39,3	174
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	1
Итого		7,9	2,9	63,8	314
	II 3ae	зтрак			
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ М. Д. Ж. 2,5%	180	5	4,5	8,1	102
Итого		5	4,5	8,1	102
	Об	ед			7, 111
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,7	3,8	14,7	113
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	22,1	23,6	17,4	370
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	4,3	0,4	49,2	218
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (БЕЗ CAXAPA)	180	0,7	0,3	9,4	55
Итого		31,8	28,1	90,7	756
2	Пол	дник			
ГУЛЯШ	80	8,5	23	1,8	248
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	135	2,7	5,4	21,3	145
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1	0,1	2,1	10
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ ЗЕЛЕНЫЕ)	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого		13,4	29	55,2	537
Всего		58,1	64,5	217,8	1709

МЕНЮ 7 ноября 2025 г.

аллергики сад

Наименование блюда	Выход -	Хим	ический сост	гав	Энерге- тическая
Паименование олюда		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	Завт	грак			
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)	180	6,5	3,2	28,8	171
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	40	3,4	0,3	39,3	174
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	1
Итого		10	3,5	68,3	346
	II 3ae	зтрак			
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	7,2	7,6	97
Итого		5,2	7,2	7,6	97
	Об	ед			
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		5,8		52
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	4,5	5,9	9,8	115
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	13,3	8,7	1,9	158
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	130	4,7	5,5	30	187
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	4,3	0,4	49,2	218
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1	0,1	3,6	16
Итого		26,9	26,4	94,5	746
the state of the state of the state of	Полд	дник		46 -	
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	17,9	17,7	15,5	295
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	40	3,4	0,3	39,3	174
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	1
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕНЫЕ)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		21,8	18,4	64,8	517
Всего		63,9	55,5	235,2	1706

МЕНЮ 10 ноября 2025 г.

аллергики сад

		Хим	ический сост	гав	Энерге-
Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	тическая ценность, ккал
	Завт	грак			
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	180	10,7	5,1	48,2	281
МЯСО ОТВАРНОЕ	25	5,8	13,5	0,2	145
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	1
Итого		18,3	18,8	68,3	514
Eller Start attended to the start	II 3ae	трак			
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	7,2	7,6	97
Итого		5,2	7,2	7,6	97
	Об	ед			-
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) И ПТИЦЕЙ (ИНДЕЙКА)	200	4,4	5	11,6	110
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	70	11,3	14,2	8,5	207
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	135	2,7	5,4	21,3	145
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	4,3	0,4	49,2	218
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (БЕЗ CAXAPA)	180	0,6	0,3	8,4	50
Итого		23,3	25,3	99	730
	Полд	дник	- 4 -	7	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА)	200	18,4	27,3	38,1	471
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1	1, 5, 1-, 21	0,2	1
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕНЫЕ)	100	0,4	0,4	9,8	47
ВАФЛИ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого		21,2	28,6	83,3	677
Bcero		68	79,9	258,2	2018

МЕНЮ 11 ноября 2025 г.

аллергики сад

Наименование блюда	Выход -	Хим	ический сост	гав	Энерге- тическая
паименование олюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	Завт	грак		775	
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)	180	5,8	3	25,3	153
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (НА ХЛЕБЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА)	35	5,2	4,6	19,7	142
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	1
Итого		12,8	7,8	64,9	383
	II 3ae	трак			
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	4,5	7,2	95
Итого		5,2	4,5	7,2	95
	06	ед		Jun Fill	
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		5,8	la to a good	52
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,7	3,8	14,7	112
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	70	11	8,7	4,3	139
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	130	4,7	5,5	30	187
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	4,3	0,4	49,2	218
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (БЕЗ САХАРА)	180	0,1	0,1	7,9	34
Итого		24,8	24,3	106,1	742
	Пол	дник			
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА И КАРТОФЕЛЯ	180	22,8	12,2	31,5	332
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (БЕЗ САХАРА)	180			y* T 1	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ ЗЕЛЕНЫЕ)	100	0,4	0,3	10,3	47
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,5	2	14,9	83
Итсго		26,4	14,7	76,4	549
Всего		69,2	51,3	254,6	1769

МЕНЮ 12 ноября 2025 г.

аллергики сад

Hamana Garage	Выход -	Хим	ический сос	гав	Энерге- тическая
Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	Завт	грак			
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"(БЕЗ САХАРА И МАСЛА)	180	5,6	3,7	19,1	133
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	40	3,4	0,3	39,3	174
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	1
Итого		9,1	4	58,6	308
	II 3ae	трак			
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ-НАТУРАЛЬНЫЙ М. Д. Ж. 2,5%	180	5	4,5	8,1	102
Итого		5	4,5	8,1	102
THE COURSE HAVE A COMMON TO SERVICE	Об	ед			
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ, СМЕТАНОЙ	200	4,4	5,8	6,7	102
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	200	15,1	10,9	34,2	309
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	4,3	0,4	49,2	218
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (БЕЗ САХАРА)	180				
Итого		23,8	17,1	90,1	629
	Полд	дник			
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	70	11,3	14,2	8,5	207
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ ТУШЕНАЯ	130	2,7	4,3	7,7	82
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (БЕЗ САХАРА)	180	0,9	0,1	8,9	41
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕНЫЕ)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		17	19,2	54,6	464
Всего		54,9	44,8	211,4	1503

Заведующий ГБДОУ №032 IIII предостивности предостивности предости предост

МЕНЮ 13 ноября 2025 г.

аллергики сад

	-	Хим	ический сост	гав	Энерге- тическая ценность, ккал
Наименование блюда	Выход -	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завт	грак			
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)	180	5,8	3	25,3	153
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	40	3,4	0,3	39,3	174
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	1
Итого		9,3	3,3	64,8	328
	II Зав	трак			
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	7,2	7,6	97
Итого		5,2	7,2	7,6	97
	06	ед			
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		5,8		52
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С РИСОМ) С МЯСОМ, СМЕТАНОЙ	200	4,9	5,9	12,6	127
ГУЛЯШ	80	8,5	23	1,8	248
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	130	7,7	3,6	34,8	202
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	4,3	0,4	49,2	218
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) (БЕЗ САХАРА)	180	0,1	0,1	3,4	16
Итого		25,5	38,8	101,8	863
	Полд	дник			
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	70	11	8,7	4,3	139
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	130	2,8	4,2	18,9	125
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (БЕЗ САХАРА)	180	0,7	0,3	9,4	55
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ ЗЕЛЕНЫЕ)	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого		16,6	13,7	62,6	453
Всего		56,6	63	236,8	1741

Заведующий ГБДОУ №032 ¹ И́́Јелехова С.Ю./

МЕНЮ 14 н^оября 2025 г.

аллергики сад

Наименование блюда	Выход	Хим	ический сост	гав	Энерге- тическая
паименование олюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	Зав	грак	1		
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)	180	4,4	2,6	24,3	139
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (НА ХЛЕБЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА)	35	5,2	4,6	19,7	142
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	1
Итого		11,4	7,4	63,9	369
	II 3ae	зтрак			
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	4,5	7,2	95
Итого		5,2	4,5	7,2	95-
Kinesaka Sinahalaha	06	ед			
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				- 25-11-1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,1	6,7	14,7	136
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	22,1	23,6	17,4	370
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	4,3	0,4	49,2	218
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (БЕЗ САХАРА)	180	0,9	0,1	8,9	41
Итого		31,4	30,8	90,2	765
	Пол	дник		Here'll	
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	13,3	8,7	1,9	158
РИС ОТВАРНОЙ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	130	3,1	6,2	33,3	201
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,7	0,2	19,7	87
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0,1		0,2	1
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ ЗЕЛЕНЫЕ)	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого		18,6	15,4	65,4	494
Всего		66,6	58,1	226,7	1723