Обновить | Настройка

*МБДОУ "Детский сад № 16"*

***26 Ноября 2026 г.***

# *Меню на 27.11.2026*

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), |
|---|---|---|
| | ***САД ЗАВТРАК*** | |
| ***200*** | ***Каша пшенная молочная*** | ЭЦ-199, Б-6, Ж-7, У-28, Вит.А-37, Вит.С-2, Na-74, K-253, Ca-179, Mg-37, P-177, Fe-1 |
| ***180*** | ***Кофейный напиток на молоке*** | ЭЦ-123, Б-5, Ж-5, У-15, Вит.А-30, Вит.С-2, Na-75, K-219, Ca-180, Mg-21, P-135 |
| ***35/10*** | ***Хлеб пшеничный с сыром*** | ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-18, Вит.А-30, Na-244, K-42, Ca-109, Mg-9, P-81, Fe-1 |
| | **Итого за САД ЗАВТРАК:** | ЭЦ-456, Б-16, Ж-16, У-61, Вит.А-97, Вит.С-4, Na-393, K-514, Ca-468, Mg-67, P-393, Fe-2 |
| | ***САД ЗАВТРАК2*** | |
| ***80*** | ***Сок фруктовый*** | ЭЦ-227, Б-3, Ж-1, У-39, Вит.С-800, Вит.РР-1, Na-9, K-40, Ca-48, Mg-14, P-14, Fe-2 |
| | **Итого за САД ЗАВТРАК2:** | ЭЦ-227, Б-3, Ж-1, У-39, Вит.С-800, Вит.РР-1, Na-9, K-40, Ca-48, Mg-14, P-14, Fe-2 |
| | ***САД ОБЕД*** | |
| ***200*** | ***Уха ростовская с консервированными томатами*** | ЭЦ-136, Б-10, Ж-5, У-12, Вит.А-29, Вит.С-18, Вит.РР-1, Na-2147, K-673, Ca-53, Mg-50, P-184, Fe-1 |
| ***80*** | ***Бефстроганов из печени*** | ЭЦ-315, Б-5, Ж-4, У-50, Вит.А-21, Вит.С-865, Вит.РР-1, Na-21, K-179, Ca-75, Mg-32, P-55, Fe-3 |
| ***130*** | ***Пюре картофельное*** | ЭЦ-147, Б-4, Ж-5, У-20, Вит.А-27, Вит.С-23, Вит.РР-1, Na-56, K-702, Ca-70, Mg-32, P-109, Fe-1 |
| ***180*** | ***Кисель из повидла*** | ЭЦ-129, У-33, Na-1, K-40, Ca-8, Mg-2, P-9 |
| ***35*** | ***Хлеб ржаной*** | ЭЦ-49, Б-2, У-9, Na-99, K-58, Ca-7, Mg-12, P-37, Fe-1 |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный*** | ЭЦ-79, Б-2, Ж-1, У-15, Na-128, K-28, Ca-6, Mg-4, P-19 |
| | **Итого за САД ОБЕД:** | ЭЦ-855, Б-23, Ж-15, У-139, Вит.А-77, Вит.С-906, Вит.РР-3, Na-2452, K-1680, Ca-219, Mg-132, P-413, Fe-6 |
| | ***САД УЖИН*** | |
| ***85*** | ***Булочка с сахаром*** | ЭЦ-376, Б-11, Ж-9, У-63, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-45, K-182, Ca-79, Mg-20, P-134, Fe-1 |
| ***180*** | ***Чай с сахаром*** | ЭЦ-29, У-7 |
| | **Итого за САД УЖИН:** | ЭЦ-405, Б-11, Ж-9, У-70, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-45, K-182, Ca-79, Mg-20, P-134, Fe-1 |

*Руководитель* _____ *Васильева М.А.* *Зав.произв.* _____ *Диетсестра* _____ *Федорова Л.В.*