

Васильева Майя Александровна

Подписан: Васильева Майя Александровна
DN: C=RU, S=Нижегородская область, L=г. Саров, Т=Заведующий,
O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 16,
СНИЛС=00109146181, ИНН=525404648459, E=cr-ds16@mail.ru, G=Майя
Александровна, SN=Васильева, CN=Васильева Майя Александровна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Foxit Reader Версия: 10.1.1

Обновить

Настройка

МБДОУ "Детский сад № 16"

08 Октября 2026 г.

Меню на 09.10.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г),
<u>САД ЗАВТРАК</u>		
200	Каша манная на воде	ЭЦ-185, Б-6, Ж-8, У-24, Вит.А-39, Вит.С-1, Na-61, К-205, Ca-155, Mg-32, P-135
200	Суп молочный с макаронными изделиями	ЭЦ-210, Б-6, Ж-9, У-25, Вит.А-53, Вит.С-2, Na-74, К-237, Ca-178, Mg-23, P-149
180	Чай с сахаром	ЭЦ-29, У-7
35	Хлеб ржаной	ЭЦ-49, Б-2, У-9, Na-99, К-58, Ca-7, Mg-12, P-37, Fe-1
Итого за САД ЗАВТРАК:		ЭЦ-473, Б-14, Ж-17, У-65, Вит.А-92, Вит.С-3, Na-234, К-500, Ca-340, Mg-67, P-321, Fe-1
<u>САД ЗАВТРАК2</u>		
80	Сок фруктовый	ЭЦ-227, Б-3, Ж-1, У-39, Вит.С-800, Вит.РР-1, Na-9, К-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, К-40, Ca-48, Mg-14, P-14, Fe-2
<u>САД ОБЕД</u>		
60	Салат из кукурузы	ЭЦ-216, Б-2, Ж-5, У-31, Вит.С-610, Вит.РР-1, Na-7, К-31, Ca-37, Mg-10, P-10, Fe-2
200	Суп картофельный с рыбными фрикадельками (без лука)	ЭЦ-551, Б-9, Ж-51, У-14, Вит.А-5, Вит.С-18, Вит.РР-1, Na-1976, К-672, Ca-50, Mg-47, P-169, Fe-1
200	Суп картофельный с макаронными изделиями вегетарианский	ЭЦ-96, Б-2, Ж-4, У-14, Вит.А-19, Вит.С-10, Вит.РР-1, Na-2337, К-283, Ca-32, Mg-16, P-44, Fe-1
80	Гуляш из печени (без лука)	ЭЦ-310, Б-4, Ж-9, У-42, Вит.А-18, Вит.С-753, Вит.РР-1, Na-14, К-117, Ca-58, Mg-23, P-40, Fe-3
80	Рыба по-польски	ЭЦ-130, Б-15, Ж-7, У-1, Вит.А-25, Na-74, К-343, Ca-60, Mg-42, P-229, Fe-1
135	Картофель отварной	ЭЦ-140, Б-3, Ж-3, У-23, Вит.А-16, Вит.С-28, Вит.РР-2, Na-40, К-808, Ca-15, Mg-33, P-84, Fe-1
180	Компот из кураги, изюма, чернослива	ЭЦ-112, Б-1, У-26, Na-20, К-259, Ca-25, Mg-16, P-32, Fe-1
35	Хлеб ржаной	ЭЦ-49, Б-2, У-9, Na-99, К-58, Ca-7, Mg-12, P-37, Fe-1
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-29, Б-1, У-6, Na-47, К-10, Ca-2, Mg-1, P-7
Итого за САД ОБЕД:		ЭЦ-1414, Б-23, Ж-70, У-148, Вит.А-50, Вит.С-1404, Вит.РР-4, Na-2219, К-1849, Ca-249, Mg-141, P-404, Fe-9
<u>САД УЖИН</u>		
80	Пирожки с повидлом	ЭЦ-332, Б-6, Ж-11, У-54, Вит.А-20, Вит.РР-1, Na-17, К-129, Ca-38, Mg-13, P-73, Fe-1
180	Чай с сахаром	ЭЦ-29, У-7
Итого за САД УЖИН:		ЭЦ-361, Б-6, Ж-11, У-61, Вит.А-20, Вит.РР-1, Na-17, К-129, Ca-38, Mg-13, P-73, Fe-1

Руководитель _____ Васильева М. Зав.произв. _____ Диетсестра _____