

Васильева Майя Александровна

Подписан: Васильева Майя Александровна
DN: C=RU, S=Нижегородская область, L=г. Саров, T=Заведующий,
O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 16. СНИЛС=00109146181,
ИНН=525404648459, E=sgr-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"

30 сентября 2026 г.

Меню на 01.10.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г),
-----------	--------------------	---------------------------------------

ЯСЛИ ЗАВТРАК

45	Пюре фруктовое	ЭЦ-128, Б-2, Ж-1, У-22, Вит.С-450, Вит.РР-1, Na-5, К-22, Са-27, Mg-8, P-8, Fe-1
180	Каша геркулесовая молочная	ЭЦ-190, Б-6, Ж-9, У-22, Вит.А-44, Вит.С-2, Na-75, К-268, Са-181, Mg-43, P-188, Fe-1
180	Чай с молоком	ЭЦ-82, Б-3, Ж-3, У-11, Вит.А-17, Вит.С-1, Na-43, К-126, Са-104, Mg-12, P-78
20/7	Хлеб пшеничный с сыром	ЭЦ-77000, Б-3120, Ж-2640, У-10280, Вит.А-18200, Вит.В1-20, Вит.В2-30, Вит.С-50, Вит.РР-190, Na-

Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК:

ЭЦ-77400, Б-3131, Ж-2653, У-10335, Вит.А-18261, Вит.В1-20, Вит.В2-30, Вит.С-503, Вит.РР-191, Na-142223, К-24976, Са-65712, Mg-5113, P-48274, Fe-312

ЯСЛИ ЗАВТРАК2

60	Сок фруктовый	ЭЦ-170, Б-2, Ж-1, У-29, Вит.С-600, Вит.РР-1, Na-7, К-30, Са-36, Mg-10, P-10, Fe-2
----	---------------	---

Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК2:

ЭЦ-170, Б-2, Ж-1, У-29, Вит.С-600, Вит.РР-1, Na-7, К-30, Са-36, Mg-10, P-10, Fe-2

ЯСЛИ ОБЕД

50	Капуста тушеная	ЭЦ-51, Б-2, Ж-3, У-5, Вит.А-9, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-11, К-229, Са-36, Mg-15, P-31, Fe-1
30	Пампушки с чесночным соусом	ЭЦ-108, Б-3, Ж-3, У-18, Вит.А-2, Вит.С-1, Na-6, К-55, Са-25, Mg-6, P-33
150	Борщ с мясом и сметаной	ЭЦ-152, Б-8, Ж-9, У-10, Вит.А-4, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1208, К-408, Са-45, Mg-29, P-108, Fe-2
80	Биточки из говядины	ЭЦ-262, Б-16, Ж-18, У-9, Вит.А-29, Вит.РР-4, Na-125, К-298, Са-34, Mg-22, P-175, Fe-2
100	Вермишель отварная	ЭЦ-149, Б-4, Ж-3, У-27, Вит.А-12, Na-2, К-48, Са-8, Mg-6, P-34, Fe-1
150	Компот из свежих яблок	ЭЦ-45, У-11, Вит.С-3, Na-8, К-89, Са-5, Mg-3, P-4, Fe-1
30	Хлеб ржаной	ЭЦ-59, Б-2, У-11, Na-122, К-70, Са-9, Mg-14, P-45, Fe-1
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-52000, Б-1500, Ж-580, У-10280, Вит.В1-20, Вит.В2-10, Вит.РР-180, Na-85400, К-18400, Са-3800, Mg-2600,

Итого за ЯСЛИ ОБЕД:

ЭЦ-52826, Б-1535, Ж-616, У-10371, Вит.А-56, Вит.В1-20, Вит.В2-10, Вит.С-51, Вит.РР-187, Na-86882, К-19597, Са-3962, Mg-2695, P-13430, Fe-248

ЯСЛИ ПОЛДНИК

60	Сок фруктовый	ЭЦ-28, У-6, Вит.С-1, Na-4, К-72, Са-4, Mg-2, P-4, Fe-1
----	---------------	--

Итого за ЯСЛИ ПОЛДНИК:

ЭЦ-28, У-6, Вит.С-1, Na-4, К-72, Са-4, Mg-2, P-4, Fe-1

ЯСЛИ УЖИН

120	Сырники творожные, запеченные с соусом сметанным	ЭЦ-304, Б-27, Ж-13, У-17, Вит.А-58, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-65, К-168, Са-205, Mg-30, P-290, Fe-1
30	Соус из повидла или джема	ЭЦ-22, У-6, К-7, Са-1, P-1
180	Молоко без сахара	ЭЦ-108, Б-5, Ж-6, У-8, Вит.А-36, Вит.С-2, Na-90, К-263, Са-216, Mg-25, P-162
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-29, Б-1, У-6, Na-47, К-10, Са-2, Mg-1, P-7

Итого за ЯСЛИ УЖИН:

ЭЦ-463, Б-33, Ж-19, У-37, Вит.А-94, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-202, К-448, Са-424, Mg-56, P-460, Fe-1

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