

Меню на 10.09.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г),
<u>ЯСЛИ ЗАВТРАК</u>		
45	Пюре фруктовое	ЭЦ-128, Б-2, Ж-1, У-22, Вит.С-450, Вит.РР-1, На-5, К-22, Са-27, Mg-8, P-8, Fe-1
150	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено)	ЭЦ-184, Б-6, Ж-6, У-25, Вит.А-36, Вит.С-2, На-62, К-211, Са-147, Mg-33, P-154
180	Чай с молоком	ЭЦ-82, Б-3, Ж-3, У-11, Вит.А-17, Вит.С-1, На-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, На-
Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК:		ЭЦ-77394, Б-3131, Ж-2650, У-10338, Вит.А-18253, Вит.В1-20, Вит.В2-30, Вит.С-503, Вит.РР-191, На-142210, К-24919, Са-65678, Mg-5103, P-48240, Fe-311
<u>ЯСЛИ ЗАВТРАК2</u>		
60	Сок фруктовый	ЭЦ-170, Б-2, Ж-1, У-29, Вит.С-600, Вит.РР-1, На-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, На-7, К-30, Са-36, Mg-10, P-10, Fe-2
<u>ЯСЛИ ОБЕД</u>		
50	Капуста тушеная	ЭЦ-51, Б-2, Ж-3, У-5, Вит.А-9, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-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, На-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, На-1208, К-408, Са-45, Mg-29, P-108, Fe-2
200	Запеканка картофельная с отварным мясом	ЭЦ-397, Б-21, Ж-17, У-38, Вит.А-22, Вит.С-40, Вит.РР-6, На-132, К-1416, Са-80, Mg-69, P-313, Fe-4
150	Компот из свежих яблок	ЭЦ-45, У-11, Вит.С-3, На-8, К-89, Са-5, Mg-3, P-4, Fe-1
30	Хлеб ржаной	ЭЦ-59, Б-2, У-11, На-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, На-85400, К-18400, Са-3800, Mg-2600,
Итого за ЯСЛИ ОБЕД:		ЭЦ-52812, Б-1536, Ж-612, У-10373, Вит.А-37, Вит.В1-20, Вит.В2-10, Вит.С-91, Вит.РР-189, На-86887, К-20667, Са-4000, Mg-2736, P-13534, Fe-249
<u>ЯСЛИ ПОЛДНИК</u>		
60	Сок фруктовый	ЭЦ-28, У-6, Вит.С-1, На-4, К-72, Са-4, Mg-2, P-4, Fe-1
Итого за ЯСЛИ ПОЛДНИК:		ЭЦ-28, У-6, Вит.С-1, На-4, К-72, Са-4, Mg-2, P-4, Fe-1
<u>ЯСЛИ УЖИН</u>		
120	Запеканка творожная с	ЭЦ-317, Б-23, Ж-13, У-27, Вит.А-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-66, К-226, Са-203, Mg-39, P-271, Fe-1
14	Сметана	ЭЦ-22400, Б-364, Ж-2100, У-504, Вит.А-14000, Вит.В2-9, Вит.С-56, Вит.РР-9, На-5600, К-16240, Са-12320, Mg-
180	Молоко без сахара	ЭЦ-108, Б-5, Ж-6, У-8, Вит.А-36, Вит.С-2, На-90, К-263, Са-216, Mg-25, P-162
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-29, Б-1, У-6, На-47, К-10, Са-2, Mg-1, P-7
Итого за ЯСЛИ ПОЛДНИК2:		ЭЦ-22854, Б-393, Ж-2119, У-545, Вит.А-14087, Вит.В2-9, Вит.С-60, Вит.РР-10, На-5803, К-16739, Са-12741, Mg-1325, P-8980, Fe-29

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