

Меню на 21.09.2026

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, На-5, К-22, Са-27, Мг-8, Р-8, Fe-1
150	Каша гречневая молочная	ЭЦ-182, Б-7, Ж-7, У-23, Вит.А-36, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-60, К-271, Са-148, Мг-68, Р-184, Fe-2
150	Кофейный напиток на молоке	ЭЦ-102, Б-4, Ж-4, У-12, Вит.А-25, Вит.С-2, На-62, К-182, Са-150, Мг-17, Р-112
20/10	Печенье с маслом	ЭЦ-106000, Б-1790, Ж-2070, У-18740, Вит.А-2000, Вит.В1-30, Вит.В2-30, Вит.С-80000, Вит.РР-240, На-66880, К-26000, Са-10600, Мг-5360, Р-19360, Fe-660

Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК: ЭЦ-106412, Б-1803, Ж-2082, У-18797, Вит.А-2061, Вит.В1-30, Вит.В2-30, Вит.С-80454, Вит.РР-242, На-67007, К-26475, Са-10925, Мг-5453, Р-19664, Fe-663

ЯСЛИ ЗАВТРАК2

60	Сок фруктовый	ЭЦ-28, У-6, Вит.С-1, На-4, К-72, Са-4, Мг-2, Р-4, Fe-1
----	---------------	--

Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК2: ЭЦ-28, У-6, Вит.С-1, На-4, К-72, Са-4, Мг-2, Р-4, Fe-1

ЯСЛИ ОБЕД

40	Икра кабачковая	ЭЦ-52, Б-1, Ж-4, У-3, Вит.С-3, На-308, К-139, Са-18, Мг-7, Р-16
150	Бульон куриный с гренками	ЭЦ-115, Б-7, Ж-5, У-10, Вит.А-13, Вит.С-3, Вит.РР-2, На-1250, К-144, Са-27, Мг-18, Р-76, Fe-1
70	Котлета куриная	ЭЦ-253, Б-18, Ж-17, У-7, Вит.А-34, Вит.С-4, Вит.РР-5, На-112, К-266, Са-25, Мг-22, Р-170, Fe-2
140	Рагу из овощей	ЭЦ-121, Б-3, Ж-3, У-18, Вит.А-22, Вит.С-41, Вит.РР-2, На-37, К-657, Са-55, Мг-47, Р-99, Fe-1
180	Компот из изюма	ЭЦ-100, У-24, На-24, К-166, Са-16, Мг-8, Р-26, Fe-1
35	Хлеб ржаной	ЭЦ-69, Б-2, У-13, На-142, К-82, Са-10, Мг-16, Р-52, Fe-1
35	Хлеб пшеничный	ЭЦ-34, Б-1, У-7, На-55, К-12, Са-2, Мг-2, Р-8

Итого за ЯСЛИ ОБЕД: ЭЦ-744, Б-32, Ж-29, У-82, Вит.А-69, Вит.С-51, Вит.РР-9, На-1928, К-1466, Са-153, Мг-120, Р-447, Fe-6

ЯСЛИ ПОЛДНИК

60	Сок фруктовый	ЭЦ-28, У-6, Вит.С-1, На-4, К-72, Са-4, Мг-2, Р-4, Fe-1
----	---------------	--

Итого за ЯСЛИ ПОЛДНИК: ЭЦ-28, У-6, Вит.С-1, На-4, К-72, Са-4, Мг-2, Р-4, Fe-1

ЯСЛИ УЖИН

25	Горошек зеленый отварной	ЭЦ-10, Б-1, У-2, Вит.С-2, На-90, К-25, Са-5, Мг-5, Р-15
95	Омлет натуральный	ЭЦ-148, Б-10, Ж-11, У-2, Вит.А-13, На-115, К-146, Са-74, Мг-13, Р-170, Fe-2
180	Чай с молоком	ЭЦ-82, Б-3, Ж-3, У-11, Вит.А-17, Вит.С-1, На-43, К-126, Са-104, Мг-12, Р-78
25	Хлеб ржаной	ЭЦ-50, Б-2, У-9, На-101, К-59, Са-7, Мг-12, Р-37, Fe-1

Итого за ЯСЛИ УЖИН: ЭЦ-290, Б-16, Ж-14, У-24, Вит.А-30, Вит.С-3, На-349, К-356, Са-190, Мг-42, Р-300, Fe-3

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