

Меню на 23.07.2026

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, Mg-8, P-8, Fe-1
180	Каша геркулесовая молочная	ЭЦ-190, Б-6, Ж-9, У-22, Вит.А-44, Вит.С-2, На-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, 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-142100,

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, На-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, 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

ЯСЛИ ОБЕД

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
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
80	Биточки из говядины	ЭЦ-262, Б-16, Ж-18, У-9, Вит.А-29, Вит.РР-4, На-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, На-2, К-48, Са-8, Mg-6, P-34, Fe-1
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, P-

Итого за ЯСЛИ ОБЕД: ЭЦ-52718, Б-1532, Ж-613, У-10353, Вит.А-54, Вит.В1-20, Вит.В2-10, Вит.С-50, Вит.РР-187, На-86876, К-19542, Са-3937, Mg-2689, P-13397, Fe-248

ЯСЛИ УЖИН

150	Чай с сахаром	ЭЦ-24, У-6
85	Булочка с сахаром	ЭЦ-376, Б-11, Ж-9, У-63, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-45, К-182, Са-79, Mg-20, P-134, Fe-1

Итого за ЯСЛИ УЖИН: ЭЦ-400, Б-11, Ж-9, У-69, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-45, К-182, Са-79, Mg-20, P-134, Fe-1

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