Обновить | Настройка

МБДОУ "Детский сад № 16"

26 Ноября 2026 г.

Меню на 27.11.2026

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, K-22, Ca-27, Mg-8, P-8, Fe-1
150	***Каша пшенная молочная***	ЭЦ-150, Б-5, Ж-5, У-21, Вит.А-28, Вит.С-1, Na-56, K-190, Ca-134, Mg-28, P-133
150	***Кофейный напиток на молоке***	ЭЦ-102, Б-4, Ж-4, У-12, Вит.А-25, Вит.С-2, Na-62, K-182, Ca-150, Mg-17, P-112
30/7	***Хлеб пшеничный с сыром***	ЭЦ-115, Б-5, Ж-4, У-15, Вит.А-27, Na-213, K-37, Ca-98, Mg-8, P-72
	Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК:	ЭЦ-495, Б-16, Ж-14, У-70, Вит.А-80, Вит.С-453, Вит.РР-1, Na-336, K-431, Ca-409, Mg-61, P-325, Fe-1
	ЯСЛИ ЗАВТРАК2	
60	***Сок фруктовый***	ЭЦ-170, Б-2, Ж-1, У-29, Вит.С-600, Вит.РР-1, Na-7, K-30, Ca-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, K-30, Ca-36, Mg-10, P-10, Fe-2
	ЯСЛИ ОБЕД	
150	***Уха ростовская с консервированными томатами***	ЭЦ-107, Б-8, Ж-4, У-9, Вит.А-24, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-1321, K-522, Ca-38, Mg-38, P-139, Fe-1
60	***Суфле из печени***	ЭЦ-330, Б-6, Ж-7, У-48, Вит.А-6, Вит.С-862, Вит.РР-1, Na-37, K-143, Ca-89, Mg-27, P-71, Fe-3
120	***Пюре картофельное***	ЭЦ-124, Б-3, Ж-4, У-19, Вит.А-18, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-51, K-644, Ca-64, Mg-30, P-99, Fe-1
150	***Кисель из повидла***	ЭЦ-108, У-28, Na-1, K-33, Ca-6, Mg-2, P-8
25	***Хлеб ржаной***	ЭЦ-49, Б-2, У-9, Na-101, K-59, Ca-7, Mg-12, P-37, Fe-1
20	***Хлеб пшеничный***	ЭЦ-52000, Б-1500, Ж-580, У-10280, Вит.В1-20, Вит.В2-10, Вит.РР-180, Na-85400, K-18400, Ca-3800, Mg-2600,
	Итого за ЯСЛИ ОБЕД:	ЭЦ-52718, Б-1519, Ж-595, У-10393, Вит.А-48, Вит.В1-20, Вит.В2-10, Вит.С-897, Вит.РР-183, Na-86911, K-19801, Ca-4004, Mg-2709, P-13354, Fe-246
	ЯСЛИ УЖИН	
85	***Булочка с сахаром***	ЭЦ-376, Б-11, Ж-9, У-63, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-45, K-182, Ca-79, Mg-20, P-134, Fe-1
150	***Чай с сахаром***	ЭЦ-24, У-6
	Итого за ЯСЛИ УЖИН:	ЭЦ-400, Б-11, Ж-9, У-69, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-45, K-182, Ca-79, Mg-20, P-134, Fe-1

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