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 на воде*** | 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* | ***Чай с сахаром*** | ЭЦ-24, У-6 |
| *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.*