

## Меню на 16.01.2026

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г)
<b><u>ЯСЛИ ЗАВТРАК</u></b>		
45	<b>Пюре фруктовое</b>	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	<b>Каша манная молочная</b>	ЭЦ-163, Б-5, Ж-7, У-19, Вит.А-42, Вит.С-2, Na-61, K-195, Ca-147, Mg-19, P-121
150	<b>Кофейный напиток на молоке</b>	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	<b>Хлеб пшеничный с сыром</b>	ЭЦ-62, Б-3, Ж-3, У-6, Вит.А-23, Na-120, K-18, Ca-81, Mg-5, P-52
<b>Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК:</b>		ЭЦ-455, Б-14, Ж-15, У-59, Вит.А-90, Вит.С-454, Вит.РР-1, Na-248, K-417, Ca-405, Mg-49, P-293, Fe-1
<b><u>ЯСЛИ ЗАВТРАК2</u></b>		
60	<b>Сок фруктовый</b>	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
<b>Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК2:</b>		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
<b><u>ЯСЛИ ОБЕД</u></b>		
45	<b>Салат из кукурузы</b>	ЭЦ-191, Б-2, Ж-4, У-31, Вит.С-450, Вит.РР-1, Na-5, K-23, Ca-27, Mg-8, P-8, Fe-1
150	<b>Суп картофельный с рыбными фрикадельками</b>	ЭЦ-92, Б-6, Ж-2, У-11, Вит.А-3, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-1193, K-490, Ca-35, Mg-34, P-115, Fe-1
60	<b>Суфле из печени</b>	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	<b>Пюре картофельное</b>	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	<b>Компот из кураги</b>	ЭЦ-75, Б-1, У-18, Вит.С-1, Na-3, K-258, Ca-24, Mg-16, P-22, Fe-1
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ЭЦ-49, Б-2, У-9, Na-101, K-59, Ca-7, Mg-12, P-37, Fe-1
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-29, Б-1, У-6, Na-47, K-10, Ca-2, Mg-1, P-7
<b>Итого за ЯСЛИ ОБЕД:</b>		ЭЦ-890, Б-21, Ж-17, У-142, Вит.А-27, Вит.С-1348, Вит.РР-4, Na-1437, K-1627, Ca-248, Mg-128, P-359, Fe-8
<b><u>ЯСЛИ УЖИН</u></b>		
75	<b>Пирожки с повидлом</b>	ЭЦ-332, Б-6, Ж-10, У-56, Вит.А-20, Вит.РР-1, Na-17, K-123, Ca-36, Mg-12, P-69, Fe-1
150	<b>Чай с сахаром</b>	ЭЦ-24, У-6
<b>Итого за ЯСЛИ УЖИН:</b>		ЭЦ-356, Б-6, Ж-10, У-62, Вит.А-20, Вит.РР-1, Na-17, K-123, Ca-36, Mg-12, P-69, Fe-1

Руководитель \_\_\_\_\_ М.А. Васильева Зав.произв. \_\_\_\_\_ Диетсестра \_\_\_\_\_ Л.В. Федорова