

15 Декабря 2025 г.

Меню на 16.12.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г),
<u>ЯСЛИ ЗАВТРАК</u>		
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 манная молочная	ЭЦ-163, Б-5, Ж-7, У-19, Вит.А-42, Вит.С-2, Na-61, K-195, Ca-147, Mg-19, P-121
180	Чай с молоком	ЭЦ-82, Б-3, Ж-3, У-11, Вит.А-17, Вит.С-1, Na-43, K-126, Ca-104, Mg-12, P-78
20	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	ЭЦ-118, Б-2, Ж-8, У-10, Вит.А-40, Na-87, K-21, Ca-6, Mg-3, P-16

Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК: ЭЦ-491, Б-12, Ж-19, У-62, Вит.А-99, Вит.С-453, Вит.РР-1, Na-196, K-364, Ca-284, Mg-42, P-223, Fe-1

<u>ЯСЛИ ЗАВТРАК</u>	
60	Сок фруктовый

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

<u>ЯСЛИ ОБЕД</u>	
45	Томаты в заливке
150	Щи из свежей капусты с мясом с картофелем со сметаной
110	Котлеты рыбные с томатным соусом
120	Пюре картофельное
150	Компот из апельсинов
35	Хлеб ржаной
20	Хлеб пшеничный

Итого за ЯСЛИ ОБЕД: ЭЦ-599, Б-31, Ж-19, У-73, Вит.А-44, Вит.С-77, Вит.РР-4, Na-1836, K-1769, Ca-194, Mg-139, P-531, Fe-5

<u>ЯСЛИ ПОЛДНИК</u>	
60	Сок фруктовый

Итого за ЯСЛИ ПОЛДНИК: ЭЦ-28, У-6, Вит.С-1, Na-4, K-72, Ca-4, Mg-2, P-4, Fe-1

<u>ЯСЛИ УЖИН</u>	
120	Запеканка творожно-рисовая
14	Сметана
180	Молоко без сахара
30	Хлеб пшеничный

Итого за ЯСЛИ УЖИН: ЭЦ-22843, Б-388, Ж-2117, У-551, Вит.А-14070, Вит.В2-9, Вит.С-59, Вит.РР-10, Na-5883, K-16698, Ca-12699, Mg-1322, P-8952, Fe-29

Руководитель _____ Васильева М.. Зав.произв. _____ Диетсестра _____