

Меню на 19.12.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г),
<u>ЯСЛИ ЗАВТРАК</u>		
45	<i>Пюре фруктовое</i>	ЭЦ-128, Б-2, Ж-1, У-22, Вит.С-450, Вит.РР-1, Нa-5, К-22, Са-27, Mg-8, Р-8, Fe-1
150	<i>Каша пшененная молочная</i>	ЭЦ-150, Б-5, Ж-5, У-21, Вит.А-28, Вит.С-1, Нa-56, К-190, Са-134, Mg-28, Р-133
150	<i>Кофейный напиток на молоке</i>	ЭЦ-102, Б-4, Ж-4, У-12, Вит.А-25, Вит.С-2, Нa-62, К-182, Са-150, Mg-17, Р-112
30	<i>Хлеб пшеничный с сыром</i>	ЭЦ-115, Б-5, Ж-4, У-15, Вит.А-27, Нa-213, К-37, Са-98, Mg-8, Р-72

Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК: ЭЦ-495, Б-16, Ж-14, У-70, Вит.А-80, Вит.С-453, Вит.РР-1, Нa-336, К-431, Са-409, Mg-61, Р-325, Fe-1

<u>ЯСЛИ ЗАВТРАК2</u>	
60	<i>Сок фруктовый</i>

Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК2: ЭЦ-170, Б-2, Ж-1, У-29, Вит.С-600, Вит.РР-1, Нa-7, К-30, Са-36, Mg-10, Р-10, Fe-2

<u>ЯСЛИ ОБЕД</u>	
50	<i>Икра морковная</i>
150	<i>Уха ростовская с консервированными томатами</i>
60	<i>Суфле из печени</i>
120	<i>Пюре картофельное</i>
150	<i>Кисель из повидла</i>
25	<i>Хлеб ржаной</i>
20	<i>Хлеб пшеничный</i>

Итого за ЯСЛИ ОБЕД: ЭЦ-882, Б-22, Ж-24, У-132, Вит.А-56, Вит.С-905, Вит.РР-4, Нa-1617, К-1665, Са-238, Mg-151, Р-429, Fe-7

<u>ЯСЛИ УЖИН</u>	
85	<i>Булочка с сахаром</i>
150	<i>Чай с сахаром</i>

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

Руководитель _____

Зав.произв. _____ Диетсестра _____