

# Меню на 19.12.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г),
<b><u>ЯСЛИ ЗАВТРАК</u></b>		
45	<b><i>Пюре фруктовое</i></b>	ЭЦ-128, Б-2, Ж-1, У-22, Вит.С-450, Вит.РР-1, Na-5, К-22, Са-27, Mg-8, P-8, Fe-1
150	<b><i>Каша пшениная молочная</i></b>	ЭЦ-150, Б-5, Ж-5, У-21, Вит.А-28, Вит.С-1, Na-56, К-190, Са-134, Mg-28, P-133
150	<b><i>Кофейный напиток на молоке</i></b>	ЭЦ-102, Б-4, Ж-4, У-12, Вит.А-25, Вит.С-2, Na-62, К-182, Са-150, Mg-17, P-112
30	<b><i>Хлеб пшеничный с сыром</i></b>	ЭЦ-115, Б-5, Ж-4, У-15, Вит.А-27, Na-213, К-37, Са-98, Mg-8, P-72
<b>Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК:</b>		ЭЦ-495, Б-16, Ж-14, У-70, Вит.А-80, Вит.С-453, Вит.РР-1, Na-336, К-431, Са-409, Mg-61, P-325, Fe-1
<b><u>ЯСЛИ ЗАВТРАК2</u></b>		
60	<b><i>Сок фруктовый</i></b>	ЭЦ-170, Б-2, Ж-1, У-29, Вит.С-600, Вит.РР-1, Na-7, К-30, Са-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, К-30, Са-36, Mg-10, P-10, Fe-2
<b><u>ЯСЛИ ОБЕД</u></b>		
50	<b><i>Икра морковная</i></b>	ЭЦ-112, Б-2, Ж-8, У-9, Вит.А-8, Вит.С-8, Вит.РР-1, Na-21, К-246, Са-30, Mg-39, P-62, Fe-1
150	<b><i>Уха ростовская с консервированными томатами</i></b>	ЭЦ-107, Б-8, Ж-4, У-9, Вит.А-24, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-1321, К-522, Са-38, Mg-38, P-139, Fe-1
60	<b><i>Суфле из печени</i></b>	ЭЦ-330, Б-6, Ж-7, У-48, Вит.А-6, Вит.С-862, Вит.РР-1, Na-37, К-143, Са-89, Mg-27, P-71, Fe-3
120	<b><i>Пюре картофельное</i></b>	ЭЦ-124, Б-3, Ж-4, У-19, Вит.А-18, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-51, К-644, Са-64, Mg-30, P-99, Fe-1
150	<b><i>Кисель из повидла</i></b>	ЭЦ-108, У-28, Na-1, К-33, Са-6, Mg-2, P-8
25	<b><i>Хлеб ржаной</i></b>	ЭЦ-49, Б-2, У-9, Na-101, К-59, Са-7, Mg-12, P-37, Fe-1
20	<b><i>Хлеб пшеничный</i></b>	ЭЦ-52, Б-1, Ж-1, У-10, Na-85, К-18, Са-4, Mg-3, P-13
<b>Итого за ЯСЛИ ОБЕД:</b>		ЭЦ-882, Б-22, Ж-24, У-132, Вит.А-56, Вит.С-905, Вит.РР-4, Na-1617, К-1665, Са-238, Mg-151, P-429, Fe-7
<b><u>ЯСЛИ УЖИН</u></b>		
85	<b><i>Булочка с сахаром</i></b>	ЭЦ-376, Б-11, Ж-9, У-63, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-45, К-182, Са-79, Mg-20, P-134, Fe-1
150	<b><i>Чай с сахаром</i></b>	ЭЦ-24, У-6
<b>Итого за ЯСЛИ УЖИН:</b>		ЭЦ-400, Б-11, Ж-9, У-69, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-45, К-182, Са-79, Mg-20, P-134, Fe-1

Руководитель \_\_\_\_\_ Зав.произв. \_\_\_\_\_ Диетсестра \_\_\_\_\_