

15 Января 2026 г.

Меню на 16.01.2026

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, На-5, К-22, Са-27, Мг-8, Р-8, Fe-1
150	Каша манная молочная	ЭЦ-163, Б-5, Ж-7, У-19, Вит.А-42, Вит.С-2, На-61, К-195, Са-147, Мг-19, Р-121
150	Кофейный напиток на молоке	ЭЦ-102, Б-4, Ж-4, У-12, Вит.А-25, Вит.С-2, На-62, К-182, Са-150, Мг-17, Р-112
30/7	Хлеб пшеничный с сыром	ЭЦ-62, Б-3, Ж-3, У-6, Вит.А-23, На-120, К-18, Са-81, Мг-5, Р-52
Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК:		ЭЦ-455, Б-14, Ж-15, У-59, Вит.А-90, Вит.С-454, Вит.РР-1, На-248, К-417, Са-405, Мг-49, Р-293, Fe-1
<u>ЯСЛИ ЗАВТРАК2</u>		
60	Сок фруктовый	ЭЦ-170, Б-2, Ж-1, У-29, Вит.С-600, Вит.РР-1, На-7, К-30, Са-36, Мг-10, Р-10, Fe-2
Итого за ЯСЛИ ЗАВТРАК2:		ЭЦ-170, Б-2, Ж-1, У-29, Вит.С-600, Вит.РР-1, На-7, К-30, Са-36, Мг-10, Р-10, Fe-2
<u>ЯСЛИ ОБЕД</u>		
45	Салат из кукурузы	ЭЦ-191, Б-2, Ж-4, У-31, Вит.С-450, Вит.РР-1, На-5, К-23, Са-27, Мг-8, Р-8, Fe-1
150	Суп картофельный с макаронными изделиями вегетарианский	ЭЦ-77, Б-1, Ж-3, У-11, Вит.А-16, Вит.С-8, Вит.РР-1, На-1560, К-223, Са-23, Мг-12, Р-34, Fe-1
60	Суфле из печени	ЭЦ-330, Б-6, Ж-7, У-48, Вит.А-6, Вит.С-862, Вит.РР-1, На-37, К-143, Са-89, Мг-27, Р-71, Fe-3
120	Пюре картофельное	ЭЦ-124, Б-3, Ж-4, У-19, Вит.А-18, Вит.С-21, Вит.РР-1, На-51, К-644, Са-64, Мг-30, Р-99, Fe-1
150	Компот из кураги	ЭЦ-75, Б-1, У-18, Вит.С-1, На-3, К-258, Са-24, Мг-16, Р-22, Fe-1
25	Хлеб ржаной	ЭЦ-49, Б-2, У-9, На-101, К-59, Са-7, Мг-12, Р-37, Fe-1
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-29, Б-1, У-6, На-47, К-10, Са-2, Мг-1, Р-7
Итого за ЯСЛИ ОБЕД:		ЭЦ-890, Б-21, Ж-17, У-142, Вит.А-27, Вит.С-1348, Вит.РР-4, На-1437, К-1627, Са-248, Мг-128, Р-359, Fe-8
<u>ЯСЛИ УЖИН</u>		
75	Пирожки с повидлом	ЭЦ-332, Б-6, Ж-10, У-56, Вит.А-20, Вит.РР-1, На-17, К-123, Са-36, Мг-12, Р-69, Fe-1
150	Чай с сахаром	ЭЦ-24, У-6
Итого за ЯСЛИ УЖИН:		ЭЦ-356, Б-6, Ж-10, У-62, Вит.А-20, Вит.РР-1, На-17, К-123, Са-36, Мг-12, Р-69, Fe-1

Руководитель _____ М.А. Васильева Зав.произв. _____ Диетсестра _____ Л.В. Федорова