

Утверждаю
 Руководитель СП "Д/с Янтарик"
 Ковалева А.В.

18.11.2024.

ЗАВТРАК	ЯСЛИ	САД	потребность в пищевых веществах за весь		
				ЯСЛИ	САД
Каша дружба	120	160	белки	42г	54г
Бутерброд с сыром	35	40	вит.С	45,21мг	50,29мг
Чай с сахаром	200	200	жиры	47г	60,7г
10-00					
Сок	100	100	энер.ценность	1403кк	1800,55кк
ОБЕД					
Щи из свежей капусты	150	180	вит.В2	0,90	1,0
Свекольный салат	30	50	углеводы	203г	260,98г
Картофельное пюре	110	130	вит.А	50рет.экв.сут	500рет.экв.сут.
Котлета говяжья/соус	50	70	фосфор	700,2мг	800мг
Компот из с/ф	180	200	вит.Д	10 мгк/сут.	10 мгк/сут.
Хлеб пшенич./хлеб ржаной	20/35	25/45	кальций	800,6 мг	900 мг
ПОЛДНИК					
Ряженка	170	200	магний	80,1мг	200мг
Печенье	30	50	железо	10мг	10мг
УЖИН					
Омлет /кукуруза	130	150	йод	0,07 мг	0,1 мг
Фрукт	100	100	калий	400,6 мг	600 мг
Какао	180	200	фтор	1,4мг	2,0мг
Хлеб пшеничный	20	25	йод	0,07 мг	0,1 мг

мед сестра Сапилкина Н.А.

Стоимость 184 руб

Утверждаю
 Руководитель СП "Д/с Янтарик"
 Ковалева А.В.

18.11.2024.

ЗАВТРАК	ЯСЛИ	САД	потребность в пищевых веществах за весь		
				ЯСЛИ	САД
Каша дружба	120	160	белки	42г	54г
Бутерброд с сыром	35	40	вит.С	45,21мг	50,29мг
Чай с сахаром	200	200	жиры	47г	60,7г
10-00					
Сок	100	100	энер.ценность	1403кк	1800,55кк
ОБЕД					
Щи из свежей капусты	150	180	вит.В2	0,90	1,0
Салат свекольный	30	50	углеводы	203г	260,98г
Картофельное пюре	110	130	вит.А	50рет.экв.сут	500рет.экв.сут.
Котлета говяжья/соус	50	70	фосфор	700,2мг	800мг
Компот из с/ф	180	200	вит.Д	10 мгк/сут.	10 мгк/сут.
Хлеб пшенич./хлеб ржаной	20/35	25/45	кальций	800,6 мг	900 мг
ПОЛДНИК					
Ряженка	170	200	магний	80,1мг	200мг
Печенье	30	50	железо	10мг	10мг
УЖИН					
Омлет /кукуруза	130	150	йод	0,07 мг	0,1 мг
Фрукт	100	100	калий	400,6 мг	600 мг
Какао	180	200	фтор	1,4мг	2,0мг
Хлеб пшеничный	20	25	йод	0,07 мг	0,1 мг

мед сестра Сапилкина Н.А.

Стоимость 184 руб