

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

12.11.2024.

ЗАВТРАК	ЯСЛИ	САД	потребность в пищевых веществах за весь день		
			ЯСЛИ	САД	
Творож. запеканка со сгущ. молоком	150	160			
Бутерброд с маслом	25	40	белки	42г	54г
Какао	180	200	жиры	47г	60,7г
ЗАВТРАК 2					
Сок	100	100	энергетич.	1403кк	1800,55кк
ОБЕД			вит.С	45,21мг	50,29мг
Свежий огурец порционно	30	50	вит.В1	0,81	0,9
Суп с клёчками	150	180	вит.В2	0,90	1,0
Плов с рисом	150	180	вит.А	50рет.экв.сут	500рет.экв.сут.
Компот из сухофруктов	180	200	вит.Д	10 мкг/сут.	10 мкг/сут.
Хлеб пшенич./хлеб ржаной	20/35	25/45	кальций	800,6 мг	900 мг
ПОЛДНИК			фосфор	700,2мг	800мг
Напиток из шиповника	170	200	магний	80,1мг	200мг
Батон	30	50	железо	10мг	10мг
УЖИН			калий	400,6 мг	600 мг
Винегрет	180	220	йод	0,07 мг	0,1 мг
Чай	200	200	углеводы	203г	260,98г
Хлеб пшеничный	20	30	фтор	1,4мг	2,0мг

Стоимость 176 руб
утверждаю
Руководитель СП "Д/с Янтарик"
Ковалева А.В.

12.11.2024.

ЗАВТРАК	ЯСЛИ	САД	потребность в пищевых веществах за весь день		
			ЯСЛИ	САД	
Творож. запеканка со сгущ. молоком	150	160			
Бутерброд с маслом	25	40	белки	42г	54г
Кофе	180	200	жиры	47г	60,7г
ЗАВТРАК 2					
Сок	100	100	энергетич.	1403кк	1800,55кк
ОБЕД			вит.С	45,21мг	50,29мг
Свежий огурец порционно	30	50	вит.В1	0,81	0,9
Суп с клёчками	150	180	вит.В2	0,90	1,0
Плов с рисом	150	180	вит.А	50рет.экв.сут	500рет.экв.сут.
Компот из сухофруктов	180	200	вит.Д	10 мкг/сут.	10 мкг/сут.
Хлеб пшенич./хлеб ржаной	20/35	25/45	кальций	800,6 мг	900 мг
ПОЛДНИК			фосфор	700,2мг	800мг
Напиток из шиповника	170	200	магний	80,1мг	200мг
Батон	30	50	железо	10мг	10мг
УЖИН			калий	400,6 мг	600 мг
Винегрет	180	220	йод	0,07 мг	0,1 мг
Чай	200	200	углеводы	203г	260,98г
Хлеб пшеничный	20	30	фтор	1,4мг	2,0мг

Стоимость 176 руб