

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

19.02.2025

ЗАВТРАК	ЯСЛИ	САД	потребность в пищевых веществах за весь день		
Каша пшённая	150	160	ЯСЛИ	САД	
Бутерброд с повидлом	25	40	белки	42г	54г
Какао	180	200	жиры	47г	60,7г
2 ЗАВТРАК					
Сок фруктовый	100	100	энергетич. ценность	1403кк	1800,55кк
ОБЕД					
Икра кабачковая	30	50	вит.В1	0,81	0,9
Солянка на курином бульоне	150	180	вит.В2	0,90	1,0
Макаронны с маслом	110	130	вит.А	450рет.экв.сут.	500рет.экв.сут.
Рыбная котлета/соус	60	70	вит.Д	10 мкг/сут.	10 мкг/сут.
Компот из с/ф	150	180	кальций	800,6 мг	900 мг
Хлеб пш/ рж	20/35	25/45	фосфор	700,2мг	800мг
ПОЛДНИК					
Снежок	170	200	железо	10мг	10мг
Печенье	30	50	калий	400,6 мг	600 мг
УЖИН					
Картофель запечённый	180	220	магний	80,1мг	200мг
Напиток из шиповника	200	200	йод	0,07 мг	0,1 мг
Хлеб пшеничный	20	30	фтор	1,4мг	2,0мг

Ст. мед сестра Сапилкина Н.А.

Стоимость 168 руб

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

19.02.2025

ЗАВТРАК	ЯСЛИ	САД	потребность в пищевых веществах за весь день		
Каша пшённая	150	160	ЯСЛИ	САД	
Бутерброд с повидлом	25	40	белки	42г	54г
Какао	180	200	жиры	47г	60,7г
2 ЗАВТРАК					
Сок фруктовый	100	100	энергетич. ценность	1403кк	1800,55кк
ОБЕД					
Икра кабачковая	30	50	вит.В1	0,81	0,9
Солянка на курином бульоне	150	180	вит.В2	0,90	1,0
Макаронны с маслом	110	130	вит.А	450рет.экв.сут.	500рет.экв.сут.
Рыбная котлета/соус	60	70	вит.Д	10 мкг/сут.	10 мкг/сут.
Компот из с/ф	150	180	кальций	800,6 мг	900 мг
Хлеб пш/ рж	20/35	25/45	фосфор	700,2мг	800мг
ПОЛДНИК					
Снежок	170	200	железо	10мг	10мг
Печенье	30	50	калий	400,6 мг	600 мг
УЖИН					
Картофель запечённый	180	220	магний	80,1мг	200мг
Напиток из шиповника	200	200	йод	0,07 мг	0,1 мг
Хлеб пшеничный	20	30	фтор	1,4мг	2,0мг