

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 01.03.24 Южная, 5.

		ПИЩ. ВЕЩ-ВА	
ЗАВТРАК			
Каша геркулесовая	250		САД
Батон	43	белки (г/сут)	52,1
Кофейный напиток с сахаром и молоком	200	жиры (г/сут)	49
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	251
Апельсин	100	энерг.ценн. (ккал/сут)	1699
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	48,2
Свекольник с мясом говядины и сметаной	250	витамин В1 (мг/сут)	0,076
Капуста тушен.с овощами	180	витамин В2 (мг/сут)	0,08
Тефтели из мяса говядины	80	витамин А (рет.экв/сут)	485
Огурец соленый	30	витамин Д (мг/сут)	9,71
Компот из кураги	200	кальций (мг/сут)	879
Хлеб ржаной	40	фосфор (мг/сут)	786
Хлеб пшеничный	35	магний (мг/сут)	182
ПОЛДНИК		железо (мг/сут)	8,4
Пряники	50	калий (мг/сут)	587
Ряженка	200	йод (мг/сут)	0,089
УЖИН		селен (мг/сут)	0,018
Чай с лимоном	200/5	фтор (мг/сут)	1,91
Пирожок с картошкой	130		

СТОИМОСТЬ 167р.

Ст.мед.сестра Шакмаева Р.Ш.