

Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 05.12.23 Южная,5.		ПОТРЕБНОСТЬ ПИЩ. ВЕЩ-В	
ЗАВТРАК		САД	
Макароны отварные с сыром	180/26		
Батон	45	белки (г/сут)	54
Кофейный напиток с молоком	200	жиры (г/сут)	60
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	270
Кисель из сока фруктового	150	энерг.ценн. (ккал/сут)	1790
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	50
Салат свекольный	60	витамин В1 (мг/сут)	0,086
Солянка со сметаной	250	витамин В2 (мг/сут)	0,079
Суфле рыбное	130	вит. А (рет.экв/сут)	496
Хлеб ржаной	55	витамин Д (мг/сут)	9,85
Компот из шиповника	200	кальций (мг/сут)	887
ПОЛДНИК		фосфор (мг/сут)	800
Пряник	30	магний (мг/сут)	197
Молоко	157	железо (мг/сут)	8,9
УЖИН		калий (мг/сут)	597
Овощное рагу	180	йод (мг/сут)	0,076
Чай с сахаром и лимоном	200/4	селен (мг/сут)	0,001
Хлеб пшеничный	50	фтор (мг/сут)	1,87

СТОИМОСТЬ 160р.

Ст.мед.сестра  Шакмаева Р.Ш.