

Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 07.12.23 Южная, 7А.

ЗАВТРАК	ЯСЛИ	ПИЩ. ВЕЩ-ВА	ЯСЛИ
Омлет с конс.кукурузой	100/25		
Хлеб пшеничный	30	белки (г/сут)	40,6
Кофейный напиток с сахаром	180	жиры (г/сут)	41,9
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	203
Салат морковный	60	энерг.ценн. (ккал/сут)	1389
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	47
Суп "Весенний" на к/б со сметаной	200	витамин В1 (мг/сут)	0,073
Плов с мясом кур	150	витамин В2 (мг/сут)	0,82
Соленый огурец	30	витамин А (рет.экв./сут)	436
Компот из с/ф и чернослива	180	витамин Д (мг/сут)	9,3
Хлеб ржаной	40	кальций (мг/сут)	770
ПОЛДНИК		фосфор (мг/сут)	650
Батон	35	магний (мг/сут)	72,8
Молоко кипяч.	140	железо (мг/сут)	8,8
УЖИН		калий (мг/сут)	380
Кисель из сока фруктового	180	йод (мг/сут)	0,069
Гречка отварная со сгущ.молоком	150/20	селен (мг/сут)	0,00137
		фтор (мг/сут)	1,275

СТОИМОСТЬ 160р.
Ст.мед.сестра Нужина Н.А.

Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 07.12.23 Южная, 7А.

ЗАВТРАК	САД	ПИЩ. ВЕЩ-ВА	САД
Омлет с конс.кукурузой	110/30		
Хлеб пшеничный	40	белки (г/сут)	54
Кофейный напиток с сахаром	200	жиры (г/сут)	59,6
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	267
Салат морковный	70	энерг.ценн. (ккал/сут)	1784
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	50,3
Суп "Весенний" на к/б со сметаной	250	витамин В1 (мг/сут)	0,08
Плов с мясом кур	180	витамин В2 (мг/сут)	0,84
Соленый огурец	40	витамин А (рет.экв./сут)	491
Компот из с/ф и чернослива	200	витамин Д (мг/сут)	9,8
Хлеб ржаной	50	кальций (мг/сут)	887
ПОЛДНИК		фосфор (мг/сут)	795
Батон	38	магний (мг/сут)	194
Молоко кипяч.	160	железо (мг/сут)	8,9
УЖИН		калий (мг/сут)	596
Кисель из сока фруктового	150	йод (мг/сут)	0,075
Гречка отварная со сгущ.молоком	180/27	селен (мг/сут)	0,0012
		фтор (мг/сут)	1,85

СТОИМОСТЬ 160р.
Ст.мед.сестра Шакмаева Р.Ш.