

Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 10.10.23 Южная,5		ПОТРЕБНОСТЬ ПИЩ. ВЕЩ-В	
ЗАВТРАК		САД	
Макаронны отварные с сыром	180/26		
Батон	40	белки (г/сут)	53
Кофейный напиток с молоком	200	жиры (г/сут)	57,2
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	265
Кисель из сока фруктового	150	энерг.ценн. (ккал/сут)	1789
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	48,9
Салат свекольный	60	витамин В1 (мг/сут)	0,079
Солянка на г/б со сметаной	250	витамин В2 (мг/сут)	0,75
Суфле рыбное	130	вит. А (рет.экв/сут)	497
Хлеб ржаной	50	витамин Д (мг/сут)	9,84
Компот из шиповника	200	кальций (мг/сут)	885,3
ПОЛДНИК		фосфор (мг/сут)	796
Пряник	30	магний (мг/сут)	193
Кефир	115	железо (мг/сут)	8,79
УЖИН		калий (мг/сут)	584
Овощное рагу	180	йод (мг/сут)	0,083
Чай с сахаром и лимоном	200	селен (мг/сут)	0,019
Хлеб пшеничный	46	фтор (мг/сут)	1,886

СТОИМОСТЬ 160р.

Ст.мед.сестра Шакмаева Р.Ш.