

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 11.01.24 Южная,5.

ЗАВТРАК	САД	ПИЩ. ВЕЩ-ВА	
			САД
Каша геркулесовая молочная	200		
Кофейный напиток с сахаром и молоком	200	белки (г/сут)	53
Хлеб пшеничный с сыром	55/31	жиры (г/сут)	58
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	255
Салат морковный	60	энерг.ценн. (ккал/сут)	1781
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	48
Суп с клецками со сметаной	250	витамин В1 (мг/сут)	0,8
Плов с мясом говядины	180	витамин В2 (мг/сут)	0,89
Винегрет	60	витамин А (рет.экв/сут)	488
Компот из смородины и вишни	200	витамин Д (мг/сут)	9,3
Хлеб ржаной	60	кальций (мг/сут)	879
ПОЛДНИК		фосфор (мг/сут)	779
Сухарик сладкий	25	магний (мг/сут)	164
Варенец	130	железо (мг/сут)	8,9
УЖИН		калий (мг/сут)	581
Чай с сахаром и лимоном	200/5	йод (мг/сут)	0,086
Картофель отварной	150	селен (мг/сут)	0,016
Соленый помидор	50	фтор (мг/сут)	1,83
Хлеб пшеничный	50		

СТОИМОСТЬ 160 р.

Ст.мед.сестра Шакмаева Р.Ш.