

Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 11.09.23 Южная, 5.

ЗАВТРАК

ПОТРЕБНОСТЬ ПИЩ. ВЕЩ-В

Каша

пшени.молочная

200

САД

Хлеб пшеничный

40

белки (г/сут)

53

Кофейный напиток

со сгущ.молоком

200

жиры (г/сут)

57,2

2-й ЗАВТРАК

углеводы (г/сут)

265

Сок фруктовый

160

энерг.ценн. (ккал/сут)

1789

ОБЕД

витамин С (мг/сут)

48,9

Щи со свежей

капустой и рыбными
консервами

250

витамин В1 (мг/сут)

0,079

**Картофель тушен.с
овощами**

180

витамин В2 (мг/сут)

0,75

Огурец свежи

50

вит. А (рет.экв/сут)

497

Компот из кураги

200

витамин Д (мг/сут)

9,84

Хлеб ржаной

43

кальций (мг/сут)

885,3

ПОЛДНИК

фосфор (мг/сут)

796

Батон

40

магний (мг/сут)

193

Ряженка

100

железо (мг/сут)

8,79

УЖИН

калий (мг/сут)

584

Какао с молоком

200

йод (мг/сут)

0,083

Ленивый пирог

150

селен (мг/сут)

0,019

Салат морковный

60

фтор (мг/сут)

1,886

СТОИМОСТЬ 150 р.

Ст.мед.сестра

Шакмаева Р.Ш.