

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 14.05.24 Южная, 5.

ЗАВТРАК - 400г	САД	ПИЩ. ВЕЩ-ВА	
Омлет натуральный	150		САД
Бутерброд с сыром	35/15	белки (г/сут)	54
Кофейный напиток с сахаром	200	жиры (г/сут)	60
2-й ЗАВТРАК - 130г		углеводы (г/сут)	270
Кисель из сока фруктового	130	энерг.ценн. (ккал/сут)	1790
ОБЕД - 760г		витамин С (мг/сут)	50
Борщ на к/б со сметаной	250	витамин В1 (мг/сут)	0,086
Котлета рыбная	80	витамин В2 (мг/сут)	0,079
Перловка отварная с овощами	180	витамин А (рет.экв/сут)	496
Компот из кураги и чернослива	200	витамин Д (мг/сут)	9,85
Зеленый горошек	20	кальций (мг/сут)	887
Хлеб ржаной	30	фосфор (мг/сут)	800
ПОЛДНИК - 250г		магний (мг/сут)	197
Пряник	50	железо (мг/сут)	8,9
Варенец	200	калий (мг/сут)	597
УЖИН - 480г		йод (мг/сут)	0,076
Чай с сахаром	200	селен (мг/сут)	0,0012
Каша геркулесовая молочная	250	фтор (мг/сут)	1,87
Хлеб пшеничный	30		

СТОИМОСТЬ 165

Ст.мед.сестра Шакмаева Р.Ш.