

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 14.02.24 Южная,5.

**ЗАВТРАК**

ПОТРЕБНОСТЬ ПИЩ. ВЕЩ-В

Макароны отварные с  
маслом слив.и сыром

180/12/4

САД

Батон с повидлом

45/ 23

белки (г/сут)

53,1

Кофейный напиток с  
сахаром

200

жиры (г/сут)

56,2

2-й ЗАВТРАК

углеводы (г/сут)

249

Яблоко

100

энерг.ценн. (ккал/сут)

1764

ОБЕД

витамин С (мг/сут)

47,1

Капуста кваш.

60

витамин В1 (мг/сут)

0,79

Суп фасолевый на к/б

250/30/22

витамин В2 (мг/сут)

0,84

Жаркое по-домашнему  
с суб.продуктами

180

вит. А (рет.экв/сут)

483

Хлеб ржаной

55

витамин Д (мг/сут)

8,9

Хлеб пшеничный

40

кальций (мг/сут)

883

Компот из вишни и  
смородины

200

фосфор (мг/сут)

762

ПОЛДНИК

магний (мг/сут)

187

Печенье

30

железо (мг/сут)

8,87

Снежок

160

калий (мг/сут)

596

УЖИН

йод (мг/сут)

0,079

Ленивый пирог

130

селен (мг/сут)

0,014

Какао с молоком

200

фтор (мг/сут)

1,85

СТОИМОСТЬ 165р.

Ст.мед.сестра \_\_\_\_\_ Шакмаева Р.Ш.