

Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 14.11.23 Южная, 5.

ЗАВТРАК	САД	ПИЩ. ВЕЩ-ВА	
Омлет натуральный	110		САД
Бутерброд с сыром	50/29	белки (г/сут)	51,9
Кофейный напиток со сгущ.молоком	200	жиры (г/сут)	57
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	253
Кисель из сока фруктовго	140	энерг.ценн. (ккал/сут)	1786
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	47
Борщ на к/б со сметаной	250	витамин В1 (мг/сут)	0,08
Котлета рыбная	80	витамин В2 (мг/сут)	0,079
Перловка тушен. с овощами	180	витамин А (рет.экв/сут)	481
Компот из кураги, чернослива и лимона	200	витамин Д (мг/сут)	9,74
Солный огурец	30	кальций (мг/сут)	880
Хлеб ржаной	65	фосфор (мг/сут)	782
ПОЛДНИК		магний (мг/сут)	181
Печенье	35	железо (мг/сут)	8,7
Ряженка	125	калий (мг/сут)	589
УЖИН		йод (мг/сут)	0,089
Компот из смородины и вишни	200	селен (мг/сут)	0,019
Каша геркулесовая молочная	180	фтор (мг/сут)	1,9
Хлеб пшеничный	60		

СТОИМОСТЬ 165р.

Ст.мед.сестра Шакмаева Р.Ш.