

Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад Сосвездие"

Козлова М.А.

Утверждаю

И.о. руководителя СП

Меню на 16.11.23 Южная,5.		ПИЩ. ВЕЩЕСТВА		Меню на 16.11.23 Южная,5.	
ЗАВТРАК				ЗАВТРАК	
Макаронны отварные с каб.пкрой	180/30	САД		Макаронны отв арные с каб.пкрой	
Кофейный напиток с молоком	200	белки (г/сут)	52	Кофейный напиток с молоком	
2-й ЗАВТРАК		жиры (г/сут)	57	2-й ЗАВТРАК	
Салат морковный	60	углеводы (г/сут)	251	Салат морковный	
ОБЕД		энерг.ценн. (ккал/сут)	1789	ОБЕД	
Суп с клецками на тушенке со сметаной	250	витамин С (мг/сут)	49	Суп с клецками на тушенке со сметаной	2
Плов с мясом кур	180	витамин В1 (мг/сут)	0,08	Плов с мясом кур	18
Винегрет	60	витамин В2 (мг/сут)	0,8	Винегрет	60
Компот из свежих ягод и лимона	200	витамин А (рег.экв/сут)	491	Компот из свежих ягод и лимона	200
Хлеб ржаной	50	витамин Д (мг/сут)	9,8	Хлеб ржаной	50
ПОЛДНИК		кальций (мг/сут)	883	ПОЛДНИК	
Сухарик сладкий	25	фосфор (мг/сут)	796	Сухарик сладкий	25
Молоко	150	магний (мг/сут)	194	Молоко	150
УЖИН		железо (мг/сут)	8,87	УЖИН	
Чай с сахаром	200	калий (мг/сут)	596	Чай с сахаром	200
Капирфель отварной с маслом слив.	150	йод (мг/сут)	0,075	Капирфель отварной с маслом слив.	150
Хлеб пшеничный	50	селен (мг/сут)	0,001	Хлеб пшеничный	50
Салат из свежей капусты и моркови	60	фтор (мг/сут)	1,85	Салат из свежей капусты и моркови	60
СТОИМОСТЬ	160р.			СТОИМОСТЬ	160р.



МОЛОКОМ	200			КОФЕИНЫМ НАПИТОК С МОЛОКОМ	
2-й ЗАВТРАК		белки (г/сут)	52	2-й ЗАВТРАК	
Салат морковный	60	жиры (г/сут)	57	Салат морковный	
ОБЕД		углеводы (г/сут)	251	ОБЕД	
Суп с клецками на тушенке со сметаной	250	энерг.ценн. (ккал/сут)	1789	Суп с клецками на тушенке со сметаной	2
Плов с мясом кур	180	витамин С (мг/сут)	49	Плов с мясом кур	18
Винегрет	60	витамин В1 (мг/сут)	0,08	Винегрет	60
Компот из свежих ягод и лимона	200	витамин В2 (мг/сут)	0,8	Компот из свежих ягод и лимона	200
Хлеб ржаной	50	витамин А (рет.экв/сут)	491	Хлеб ржаной	50
ПОЛДНИК		витамин Д (мг/сут)	9,8	ПОЛДНИК	
Сухарик сладкий	25	кальций (мг/сут)	883	Сухарик сладкий	25
Молоко	150	фосфор (мг/сут)	796	Молоко	150
УЖИН		магний (мг/сут)	194	УЖИН	
Чай с сахаром	200	железо (мг/сут)	8,87	Чай с сахаром	200
Капирфель отварной с маслом слив.	150	калий (мг/сут)	596	Капирфель отварной с маслом слив.	150
Хлеб пшеничный	50	йод (мг/сут)	0,075	Хлеб пшеничный	50
Салат из свежей капусты и моркови	60	селен (мг/сут)	0,001	Салат из свежей капусты и моркови	60
		фтор (мг/сут)	1,85		
СТОИМОСТЬ	160р.			СТОИМОСТЬ	160р.



Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад "Совсемдние"

Козлова М.А.

Меню на 16.11.23 Южная 5.		ПИЩ. ВЕЩЕСТВА	
ЗАВТРАК			
Макаронны отварные с каб.икрой	180/30	САД	
Кофейный напиток с молоком	200	белки (г/сут)	52
2-й ЗАВТРАК		жиры (г/сут)	57
Салат морковный	60	углеводы (г/сут)	251
ОБЕД		энерг. ценн. (ккал/сут)	1789
Суп с клецками на тушенке со сметаной	250	витамин С (мг/сут)	49
Плов с мясом кур	180	витамин В1 (мг/сут)	0,08
Винегрет	60	витамин В2 (мг/сут)	0,8
Компот из свежих ягод и лимона	200	витамин А (рет. экв/сут)	491
Хлеб ржаной	50	витамин Д (мг/сут)	9,8
ПОЛДНИК		кальций (мг/сут)	883
Сухарик сладкий	25	фосфор (мг/сут)	796
Молоко	150	магний (мг/сут)	194
УЖИН		железо (мг/сут)	8,87
Чай с сахаром	200	калий (мг/сут)	596
Капирфель отварной с маслом слив.	150	йод (мг/сут)	0,075
Хлеб пшеничный	50	селен (мг/сут)	0,001
Салат из свежей капусты и моркови	60	фтор (мг/сут)	1,85

СТОИМОСТЬ

160р.