

Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 19.09.23 Южная, 5.

ЗАВТРАК	СД	ПИЩ. ВЕЩ-ВА	
			СД
Омлет натуральный	110		
Бутерброд с сыром	40/24	белки (г/сут)	54
Кофейный напиток со сгущ.молоком	200	жиры (г/сут)	60
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	270
Кисель из сока фруктового	140	энерг.цenni. (ккал/сут)	1790
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	50
Борщ на г/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	200	витамин Д (мг/сут)	9,85
Капуста кваш.	50	кальций (мг/сут)	887
Хлеб ржаной	50	фосфор (мг/сут)	800
ПОЛДНИК		магний (мг/сут)	197
Пряник	20	железо (мг/сут)	8,9
Кефир	10	калий (мг/сут)	597
УЖИН		йод (мг/сут)	0,076
Чай с лимоном	200/2	селен (мг/сут)	0,0012
Каша геркулесовая молочная	180	фтор (мг/сут)	1,87
Хлеб пшеничный	39		

СТОИМОСТЬ 160

Ст.мед.сестра  Шакмаева Р.Ш.