

Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 20.10.23 Южная,5.

ЗАВТРАК	САД	ПИЩ. ВЕЩ-ВА	
			САД
Суп молочный с макар.изд.	200		
Бутерброд с маслом	45/8	белки (г/сут)	53
Кофейный напиток со сгущ.молоком	200	жиры (г/сут)	59
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	264
Банан	1 шт.	энерг.ценн. (ккал/сут)	1789
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	49
Рассольник на Г/б со сметаной	250	витамин В1 (мг/сут)	0,08
Ленивые голубцы	130	витамин В2 (мг/сут)	0,8
Свежий помидор	70	витамин А (рет.экв/сут)	491
		витамин Д (мг/сут)	9,8
Хлеб ржаной	55	кальций (мг/сут)	883
Хлеб пшеничный	50	фосфор (мг/сут)	796
Компот из с/ф	200	магний (мг/сут)	194
ПОЛДНИК		железо (мг/сут)	8,87
Печенье	35	калий (мг/сут)	596
Кефир	140	йод (мг/сут)	0,075
УЖИН		селен (мг/сут)	0,0012
Чай с сахаром	200	фтор (мг/сут)	1,85
Ватрушка с творогом	150		

СТОИМОСТЬ

165

Ст.мед.сестра  Шакмаева Р.Ш.