

Утверждаю
 И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"
 Козлова М.А.



Меню на 22.12.2022 Корпус 2 Южная 7а

ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩ. ВЕЩЕСТВАХ ЗА ДЕНЬ

ЗАВТРАК	ЯСЛИ	САД		ЯСЛИ	САД
Каша манная молочная	200	250			
Хлеб пшеничный	30	32	белки (г/сут)	41,5	53,4
Кофейный напиток	180	200	жиры (г/сут)	47,6	59,8
2-й ЗАВТРАК			углеводы (г/сут)	201	260
Яблоко	105	117	энерг.ценн. (ккал/сут)	1398	1798
ОБЕД			витамин С (мг/сут)	45	50
Суп с клецками на г/б со сметаной	200	250	витамин В1 (мг/сут)	0,78	0,89
Рыба тушеная с овощами	70	80	витамин В2 (мг/сут)	0,91	0,9
Огурец соленый	50	60	витамин А (рет.экв./сут)	450	500
Хлеб ржаной	40	43	витамин Д (мг/сут)	9,8	9,8
Компот из свежих ягод	180	200	кальций (мг/сут)	800	900
Капуста тушеная	150	180	фосфор (мг/сут)	700	800
ПОЛДНИК			магний (мг/сут)	80	200
Ряженка	100	104	железо (мг/сут)	10	10
Сухарик сладкий	19	20	калий (мг/сут)	400	600
УЖИН			йод (мг/сут)	0,07	0,1
Макароньы отварные с сыром	150/15	180/21	селен (мг/сут)	0,0015	0,02
Чай с сахаром	180	200	фтор (мг/сут)	1,38	1,98

СТОИМОСТЬ 148р.

Ст.мед.сестра _____ Нужина Н.А.