

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 23.01.24 Южная, 5

ЗАВТРАК		ПИЩ. ВЕЩ-ВА	
Омлет натуральный	110		САД
Батон пшеничный с сыром	40/30	белки (г/сут)	52,1
Кофейный напиток с молоком	200	жиры (г/сут)	49
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	251
Кисель из сока фруктового	145	энерг.ценн. (ккал/сут)	1699
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	48,2
Соленый огурец	30	витамин В1 (мг/сут)	0,076
Борщ на г/б со сметаной	250	витамин В2 (мг/сут)	0,08
Котлета рыбная	80	витамин А (рет.экв/сут)	485
Перловка тушен. с овощами	180	витамин Д (мг/сут)	9,71
Хлеб ржаной	45	кальций (мг/сут)	879
Компот из кураги и чернослива	200	фосфор (мг/сут)	786
ПОЛДНИК		магний (мг/сут)	182
Пряник	34	железо (мг/сут)	8,4
Варенец	120	калий (мг/сут)	587
УЖИН		йод (мг/сут)	0,089
Компот из свежих ягод	200	селен (мг/сут)	0,018
Каша молочная геркулесовая	200	фтор (мг/сут)	1,91
Хлеб пшеничный	45		

СТОИМОСТЬ 165р.

Ст.мед.сестра Шакмаева Р.Ш.