

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 26.03.24 Южная,5.		ПОТРЕБНОСТЬ ПИЩ. ВЕЩ-В	
ЗАВТРАК		САД	
Макароны отварные с сыром	180/23		
Батон	40	белки (г/сут)	54
Кофейный напиток с молоком	200	жиры (г/сут)	60
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	270
Кисель из сока фруктового	140	энерг.ценн. (ккал/сут)	1790
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	50
Салат свекольный	60	витамин В1 (мг/сут)	0,086
Солянка на к/б	250	витамин В2 (мг/сут)	0,079
Суфле рыбное	180	вит. А (рет.экв/сут)	496
Хлеб ржаной	40	витамин Д (мг/сут)	9,85
Компот из шиповника	200	кальций (мг/сут)	887
ПОЛДНИК		фосфор (мг/сут)	800
Пряник	50	магний (мг/сут)	197
Кефир	200	железо (мг/сут)	8,9
УЖИН		калий (мг/сут)	597
Овощное рагу	250	йод (мг/сут)	0,076
Чай с сахаром и лимоном	200/3	селен (мг/сут)	0,0012
Хлеб пшеничный	39	фтор (мг/сут)	1,87

СТОИМОСТЬ 167р.

Ст.мед.сестра  Шакмаева Р.Ш.