



Утверждаю

И.о. руководителя ОП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 26.09.23 Южная,5.		ПОТРЕБНОСТЬ ПИЩ. ВЕЩ-В	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>САД</b>	
<b>Макаронны отварные с сыром</b>	180/26		
<b>Батон</b>	50	белки (г/сут)	53
<b>Кофейный напиток с молоком</b>	200	жиры (г/сут)	57,2
<b>2-й ЗАВТРАК</b>		углеводы (г/сут)	265
<b>Кисель из сока фруктового</b>	150	энерг.ценн. (ккал/сут)	1789
<b>ОБЕД</b>		витамин С (мг/сут)	48,9
<b>Салат свекольный</b>	60	витамин В1 (мг/сут)	0,079
<b>Солянка на к/б со сметаной</b>	250	витамин В2 (мг/сут)	0,75
<b>Суфле рыбное</b>	130	вит. А (рет.экв/сут)	497
<b>Хлеб ржаной</b>	65	витамин Д (мг/сут)	9,84
<b>Компот из шиповника</b>	200	кальций (мг/сут)	885,3
<b>ПОЛДНИК</b>		фосфор (мг/сут)	796
<b>Пряник</b>	30	магний (мг/сут)	193
<b>Кефир</b>	120	железо (мг/сут)	8,79
<b>УЖИН</b>		калий (мг/сут)	584
<b>Овощное рагу</b>	180	йод (мг/сут)	0,083
<b>Чай с сахаром</b>	200	селен (мг/сут)	0,0186
<b>Хлеб пшеничный</b>	65	фтор (мг/сут)	1,886

СТОИМОСТЬ 160р.

Ст.мед.сестра \_\_\_\_\_ Шакмаева Р.Ш.