

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 29.03.24 Южная,5.

ЗАВТРАК		ПИЩ. ВЕЩ-ВА	
Каша геркулесовая	250		САД
Батон	35	белки (г/сут)	52,1
Кофейный напиток с сахаром и молоком	200	жиры (г/сут)	49
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	251
Яблоко	100	энерг.ценн. (ккал/сут)	1699
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	48,2
Свекольник с мясом кур и сметаной	250	витамин В1 (мг/сут)	0,076
Капуста тушен.с овощами и мясом кур	180	витамин В2 (мг/сут)	0,08
		витамин А (рет.экв/сут)	485
Помидор соленый	50	витамин Д (мг/сут)	9,71
Компот из кураги	200	кальций (мг/сут)	879
Хлеб ржаной	35	фосфор (мг/сут)	786
Хлеб пшеничный	35	магний (мг/сут)	182
ПОЛДНИК		железо (мг/сут)	8,4
Пряники	50	калий (мг/сут)	587
Варенец	200	йод (мг/сут)	0,089
УЖИН		селен (мг/сут)	0,018
Чай с сахаром	200	фтор (мг/сут)	1,91
Ватрушка с творогом	150		

СТОИМОСТЬ

162р.

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