

Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"

Балантаева Л.С.

Меню на 03.10.23 Южная, 5.

ЗАВТРАК	САД	ПИЩ. ВЕЩ-ВА	
Омлет натуральный	110		САД
Бутерброд с сыром	40/23	белки (г/сут)	54
Кофейный напиток со сгущ.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
Борщ на тушенке	250	витамин В1 (мг/сут)	0,086
		витамин В2 (мг/сут)	0,079
Перловка тушен. с овощами и мясом говядины	180	витамин А (рет.экв/сут)	496
Компот из кураги	200	витамин Д (мг/сут)	9,85
Огурец соленый	50	кальций (мг/сут)	887
Хлеб ржаной	47	фосфор (мг/сут)	800
ПОЛДНИК		магний (мг/сут)	197
Пряник	40	железо (мг/сут)	8,9
Молоко кипяч.	135	калий (мг/сут)	597
УЖИН		йод (мг/сут)	0,076
Чай с лимоном	200/4	селен (мг/сут)	0,0012
Каша пшениная молочная	180	фтор (мг/сут)	1,87
Хлеб пшеничный	46		

СТОИМОСТЬ 150

Ст.мед.сестра Шакмаева Р.Ш.