

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 30.01.24 Южная,5.		ПОТРЕБНОСТЬ ПИЩ. ВЕЩ-В	
<b>ЗАВТРАК</b>		САД	
Макаронны отварные с сыром	180/28		
Батон	44	белки (г/сут)	54
Кофейный напиток с молоком	200	жиры (г/сут)	60
<b>2-й ЗАВТРАК</b>		углеводы (г/сут)	270
Кисель из сока фруктового	150	энерг.ценн. (ккал/сут)	1790
<b>ОБЕД</b>		витамин С (мг/сут)	50
Салат свекольный	60	витамин В1 (мг/сут)	0,086
Солянка на к/б со сметаной	250	витамин В2 (мг/сут)	0,079
Суфле рыбное	130	вит. А (рет.экв/сут)	496
Хлеб ржаной	55	витамин Д (мг/сут)	9,85
Компот из шиповника	200	кальций (мг/сут)	887
<b>ПОЛДНИК</b>		фосфор (мг/сут)	800
Пряник	30	магний (мг/сут)	197
Варенец	120	железо (мг/сут)	8,9
<b>УЖИН</b>		калий (мг/сут)	597
Овощное рагу	180	йод (мг/сут)	0,076
Чай с сахаром и лимоном	200/4	селен (мг/сут)	0,0012
Хлеб пшеничный	50	фтор (мг/сут)	1,87

СТОИМОСТЬ 160р.

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