

Утверждаю
 И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"
 Козлова М.А.



Меню на 30.12.2022 Корпус 2. Южная, 7а.

ЗАВТРАК		ЯСЛИ	САД	ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩ. ВЕЩЕСТВАХ ЗА ДЕНЬ		
				ЯСЛИ	САД	
Каша манная молочная	200	250				
Батон	30	32	белки (г/сут)	42	54	
Кофейный напиток	180	200	жиры (г/сут)	47	60	
2-й ЗАВТРАК			углеводы (г/сут)	203	260	
Сок фруктовый	100	122	энерг.ценн. (ккал/сут)	1390	1789	
			витамин С (мг/сут)	43	49	
ОБЕД			витамин В1 (мг/сут)	0,75	0,85	
Суп с рыбными консервами	200	250	витамин В2 (мг/сут)	0,89	0,92	
Тефтели из мяса говядины	70	80	витамин А (рет.экв./сут)	436	492	
Салат свекольный	50	60	витамин Д (мг/сут)	9,5	9,5	
Напиток из кураги	180	200	кальций (мг/сут)	795	896	
Хлеб ржаной	40	41	фосфор (мг/сут)	678	786	
Гречка отварная	150	180	магний (мг/сут)	77	198	
ПОЛДНИК			железо (мг/сут)	9	10	
Пряник	30	35	калий (мг/сут)	365	599,8	
Молоко кипяченое	150	155	йод (мг/сут)	0,065	0,09	
УЖИН			селен (мг/сут)	0,0014	0,02	
Плюшка с сахаром	130	150	фтор (мг/сут)	1,32	1,77	
Чай с сахаром	180	200				