

Утверждаю

И.о. руководителя СД "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 14.02.23 Южная,5.		ПИТ.ВЕЩ-ВА	
ЗАВТРАК		САД	
Омлет с конс.кукурузой	110/20	белки (г/сут)	53
Батон с сыром	46/14	жиры (г/сут)	59
Кофейный напиток с молоком	200	углеводы (г/сут)	264
2-й ЗАВТРАК		энерг.ценн. (ккал/сут)	1789
Кисель из фруктового сока	140	витамин С (мг/сут)	49
ОБЕД		витамин В1 (мг/сут)	0,08
Солянка на к/б со сметаной и зеленью	250	витамин В2 (мг/сут)	0,8
Перловая крупа отварная	180	вит. А (рет.экв/сут)	491
Рыба припущ.с овощами	80	витамин Д (мг/сут)	9,8
Напиток из шиповника	200	кальций (мг/сут)	883
Хлеб ржаной	57	фосфор (мг/сут)	798
Салат свекольный	60	магний (мг/сут)	194
ПОЛДНИК		железо (мг/сут)	8,87
Пряники	30	калий (мг/сут)	596
Кефир	143	йод (мг/сут)	0,075
УЖИН		селен (мг/сут)	0,0012
Чай с сахаром	200	фтор (мг/сут)	1,85
Рагу овощное	180		
Хлеб пшеничный	43		

СТОИМОСТЬ

150р.

Ст.мед.сестра

Шакмаева Р.Ш.