

Утверждаю

И.о. руководителя СП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 17.03.23 Южная, 7А.

ЗАВТРАК		ЯСЛИ/САД	ПТРЕБНОСТЬ В ПИЩ. ВЕЩЕСТВАХ ЗА ДЕНЬ	
			ЯСЛИ	САД
Каша молочная геркулесовая	180/200			
Батон с маслом слив.	35/7 38/8	белки (г/сут)	41	51
Кофейный напиток	180/200	жиры (г/сут)	48	59
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	201,5	257
Салат с варен.морковью	50/60	энерг.ценн. (ккал/сут)	1392	1789
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	42,5	47
Свекольник на к/б со сметаной	180/200	витамин В1 (мг/сут)	0,76	0,08
Капуста тушенн.с мясом кур	150/180	витамин В2 (мг/сут)	0,8	0,8
Огурец соленый	25/30	витамин А (рет.экв./сут)	439	491
Компот из кураги	180 /200	витамин Д (мг/сут)	9,6	9,8
Хлеб ржаной	45/48	кальций (мг/сут)	782	883
Хлеб пшеничный	42/43	фосфор (мг/сут)	693	702
ПОЛДНИК		магний (мг/сут)	71,3	194
Пряники	15/20	железо (мг/сут)	8,9	8,87
Варенец	150/167	калий (мг/сут)	372	596
УЖИН		йод (мг/сут)	0,062	0,075
Чай с лимоном	180/5 200/6	селен (мг/сут)	0,0014	0,0012
Пирожок с луком и яйцом	130/150	фтор (мг/сут)	1,21	1,85

СТОИМОСТЬ 147р. Ст.мед.сестра  Нужина Н.А.