

Утверждаю

И.о. руководителя ОП "Детский сад Созвездие"

Цуприк Н.Н.

Меню на 20.07.23 Южная, 7А.

ЗАВТРАК	ЯСЛИ	ПИЩ. ВЕЩ-ВА	
Омлет с конс.кукурузой	120/20		ЯСЛИ
Хлеб пшеничный	30	белки (г/сут)	40,6
Кофейный напиток с сахаром	180	жиры (г/сут)	41,9
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	203
Компот из свежих ягод смородины	180	энерг.ценн. (ккал/сут)	1389
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	47
Суп "Весенний" на к/б со сметаной	200	витамин В1 (мг/сут)	0,073
Ленивые голубцы	120	витамин В2 (мг/сут)	0,82
Свежий помидор	30	витамин А (рет.экв./сут)	436
Компот из кураги и чернослива	180	витамин Д (мг/сут)	9,3
Хлеб ржаной	40	кальций (мг/сут)	770
ПОЛДНИК		фосфор (мг/сут)	650
Сладкий сухарик	20	магний (мг/сут)	72,8
Молоко кипяч.	130	железо (мг/сут)	8,8
УЖИН		калий (мг/сут)	380
Чай с сахаром	180	йод (мг/сут)	0,069
Гречка отварная со сгущ.молоком	130/18	селен (мг/сут)	0,00137
		фтор (мг/сут)	1,275

СТОИМОСТЬ 145р.

Ст.мед.сестра  Шакмаева Р.Ш.