

Утверждаю

И.о. руководителя ОП "Детский сад Созвездие"

Козлова М.А.

Меню на 25.07.23 Южная, 7А.

ЗАВТРАК	ЯСЛИ	ПИЩ. ВЕЩ-ВА	
Омлет натуральный	100		ЯСЛИ
Бутерброд с сыром	35/20	белки (г/сут)	41
Кофейный напиток со сгущ.молоком	180	жиры (г/сут)	47
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	202
Кисель из сока фруктового	140	энерг.ценн. (ккал/сут)	1392
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	43
Борщ на г/б со сметаной	200	витамин В1 (мг/сут)	0,8
Котлета рыбная	70	витамин В2 (мг/сут)	0,8
Перловка отварная с овощами	150	витамин А (рет.экв./сут)	438
Компот из шиповника	180	витамин Д (мг/сут)	9,9
Салат из соленого огурца и репчатого	40	кальций (мг/сут)	790
Хлеб ржаной	43	фосфор (мг/сут)	680
ПОЛДНИК		магний (мг/сут)	72
Печенье	20	железо (мг/сут)	8,7
Варенец	120	калий (мг/сут)	379
УЖИН		йод (мг/сут)	0,069
Компот из смородины и вишни	180	селен (мг/сут)	0,0014
Каша геркулесовая молочная	180	фтор (мг/сут)	1,28
Хлеб пшеничный	35		

СТОИМОСТЬ 160р.

Ст.мед.сестра Шакмаева Р.Ш.