

Меню на 02.02.2023 Корпус 2. Южная, 7А.

ЗАВТРАК		ЯСЛИ	САД	ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩ. ВЕЩЕСТВАХ ЗА ДЕНЬ		
		ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ	САД	
Макаронные изделия отварные		150	180			
Хлеб пшеничный		30	43	белки (г/сут)	40,5	52
Кофейный напиток		180	200	жиры (г/сут)	46,3	57
2-й ЗАВТРАК				углеводы (г/сут)	201,5	254
Салат морковный		50	60	энерг.ценн. (ккал/сут)	1389	1789
ОБЕД				витамин С (мг/сут)	42,5	49
Суп "Весенний" на г/б со сметаной		200	250	витамин В1 (мг/сут)	0,76	0,08
Ленивые голубцы		150	180	витамин В2 (мг/сут)	0,8	0,8
Салат "Пикантный"		50	60	витамин А (рет.экв./сут)	439	491
Компот из с/ф		180	200	витамин Д (мг/сут)	9,6	9,8
Хлеб ржаной		40	50	кальций (мг/сут)	782	883
				фосфор (мг/сут)	674	762
ПОЛДНИК				магний (мг/сут)	71,3	194
Сухарики сладкие		20	25	железо (мг/сут)	8,9	8,87
Молоко кипяченое		100	125	калий (мг/сут)	372	596
УЖИН				йод (мг/сут)	0,062	0,075
Кисель из фруктового сока		150	160	селен (мг/сут)	0,00139	0,0012
Гречка со сгущ.молоком		150	180	фтор (мг/сут)	1,21	1,85
СТОИМОСТЬ		150р.				

Ст.мед.сестра _____ Нужина Н.А.

