



Утверждаю

И.о. руководителя СП Детский сад Созвездие

Козлова М.

Меню на 11.07.2023 Корпус 2 Южная, 7А.

ЗАВТРАК	ЯСЛИ	ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩ. ВЕЩЕСТВА	
Омлет натуральный	100	ЯСЛИ	
Батон	35	белки (г/сут)	41
Кофейный напиток с молоком	180	жиры (г/сут)	48
2-й ЗАВТРАК		углеводы (г/сут)	201,5
Кисель из фруктового сока	130	энерг.ценн. (ккал/сут)	1392
ОБЕД		витамин С (мг/сут)	42,5
Свекольник на к/б со сметаной	200	витамин В1 (мг/сут)	0,76
Капуста тушеная с курицей	150	витамин В2 (мг/сут)	0,8
Помидор свежий	40	витамин А (рет.экв./сут)	439
Напиток из сухофруктов	180	витамин Д (мг/сут)	9,6
Хлеб ржаной	40	кальций (мг/сут)	782
		фосфор (мг/сут)	693
ПОЛДНИК		магний (мг/сут)	71,3
Печенье	25	железо (мг/сут)	8,9
Кефир	140	калий (мг/сут)	372
УЖИН		йод (мг/сут)	0,062
Компот из свежих ягод	180	селен (мг/сут)	0,00139
Каша молочная пшеничная	180	фтор (мг/сут)	1,21
Хлеб пшеничный с сыром	30-23		

СТОИМОСТЬ

143р.

Мед.сестра Шакмаева Р.Ш.