



Меню на 29 мая 2024 г.
МБДОУ ДС "Мечта"с. Князе-Волконское

Завтрак 4 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Омлет натуральный	100	10,097	17,315	2,329	202,185
Чай с сахаром	180	0,140	0,036	17,992	72,8806
Батон с масло сыром	41	3,739	6,765	15,460	137,840
Итого:		13,976	24,116	35,781	412,831

Обед 4 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы и чеснока	60	0,918	3,714	5,034	56,429
Суп картофельный с вермишелью	200	2,334	2,362	16,382	96,090
Мясо тушенное с овощами в томатном соусе	220	18,757	6,523	16,439	200,590
Компот из изюма	180	0,460	0,100	24,220	96,600
Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,49	70,500
Хлеб ржаной	40	3,400	1,320	17,000	103,600
Итого:		28,239	14,319	93,565	623,809

Полдник 4 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Оладьи с яблоками	100	5.537	5,751	52,784	281,267
Сок в ассортименте	200	0,200	0,200	23,200	94,00
Повидло в ассортименте	20	0,08	0,000	13,000	50,00
Итого:		5,817	5,951	88,984	425,267

Завтрак второй 4 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Яблоки печёные	80	0,375	0,375	14,887	66,848
Итого:		0,375	0,375	14,887	66,848