



Меню на 7 июня 2024 г.
МБДОУ ДС "Мечта"с. Князе-Волконское

Завтрак 5 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша ячневая молочная вязкая	200	7,307	11,995	5,321	93,916
Яйцо отварное	60	7,620	6,900	0,420	94,200
Чай с молоком	200	4,796	5,640	13,256	109,663
Батон с маслом и повидлом	45	2,315	4,995	21,960	141,000
Итого:		22,038	29,530	40,957	438,779

Обед 5 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из соленых огурцов с луком	60	0,606	3,666	1,698	41,754
Свекольник	200	1,994	4,971	13,128	103,716
Тефтели мясные	80	11,959	6,419	9,469	143,690
Соус молочный	30	1,039	2,307	2,800	33,627
Капуста тушеная	200	5,116	8,589	22,068	185,547
Чай с лимоном	180	0,163	0,032	10,210	42,985
Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,49	70,500
Хлеб ржаной	40	3,400	1,320	17,000	103,600
Итого:		26.647	27.605	90.863	725.418

Полдник 5 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Шанежка наливная с яйцом	60	5,929	2,719	27,705	158,036
Молоко кипяченое	180	5,220	6,300	8,640	97,200
Итого:		11,149	9,019	36,435	255,236

Завтрак второй 5 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