



УТВЕРЖДАЮ
Директор
Вершинина И. В.

Меню на 22 апреля 2024 г.
МБДОУ ДС "Мечта"с. Князе-Волконское

Завтрак 6 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Омлет натуральный	100	10,097	17,315	2,329	202,185
Какао с молоком	200	5,610	6,427	24,533	164,533
Батон с маслом и повидлом	45	2,315	4,995	21,960	141,00
Итого:		18.022	28,737	48.822	507,561

Обед 6 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Винегрет	60	0,855	4,083	5.100	60,116
Рассольник на мясном бульоне	200	1,959	5,089	13,718	107,244
Плов из говядины	220	27.147	9.976	37,069	34,960
Кисель из кураги	180	0,662	0.038	19,242	80,496
Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,49	70,500
Хлеб ржаной	40	3,400	1,320	17,000	103,600
Итого:		36,993	20,806	106,619	768,917

Полдник 6 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сок в ассортименте	200	0,200	0,200	23,200	94,00
Рыба запеченная в омлете	80	13,576	5,614	2,645	114,200
Хлеб пшеничный	20	1,580	0,200	9,660	47,00
Итого:		15,356	6,014	35,505	255,200

Завтрак второй 6 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