



«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий МБДОУ
с. Князе-Волконское
И.В.Вершинина

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

Завтрак

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Суп молочный с пшеном	200	5,73	7,33	17,59	147,32
Масло сливочное (порции)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
Сыр полутвердый (порциями)	10	2,44	2,95	0,00	36,40
Кофейный напиток с молоком	200	2,96	3,86	16,13	102,73
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Итого:		13,53	18,57	48,25	394,35

Обед

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из моркови	60	0,70	3,05	7,31	59,72
Суп картофельный с горохом	200	4,72	4,44	15,56	120,78
Рыба запечённая в сметанном соусе	120	13,09	6,96	0,00	114,96
Картофельное пюре	150	4,25	7,31	28,62	195,07
Компот из смеси сухофруктов	200	0,46	0,00	22,89	93,33
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржаной	40	3,40	1,32	17,00	103,60
Итого:		28,99	23,39	105,87	757,96

Полдник

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Оладьи с повидлом	100	6,54	7,03	39,84	243,23
Сок в ассортименте	200	0,20	0,20	23,20	94,00
Итого:		6,74	7,23	63,04	337,23

Завтрак второй

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Яблоки печёные	80	0,38	0,38	14,89	66,85
Итого:		0,38	0,38	14,89	66,85