



Меню на 14 июня 2024 г.
МБДОУ ДС "Мечта"с. Князе-Волконское

Завтрак 9 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Суп молочный с рисовой крупой	200	4,910	6,670	17,168	136,727
Чай с сахаром	200	0,100	0,025	5,010	20,655
Батон с маслом и сыром	41	3,739	6,765	15,460	137,840
Итого:		8,749	13,460	37,638	295,221

Обед 9 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из моркови	60	0,700	3,054	7,306	59,721
Борщ мясной с капустой и картофелем	180	4.752	4.244	11.611	102.735
Голубцы ленивые с говядиной	180	17.286	6.382	13.011	178.897
Кисель из кураги	200	0,736	0,042	21,380	89,440
Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,49	70,500
Хлеб ржаной	40	3,400	1,320	17,000	103,600
Итого:		29.244	15.342	84.798	604.893

Полдник 1 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	47.000
Итого:		15.356	6.014	35.505	255.200

Завтрак второй 1 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