

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Вершинина И. В.



Меню на 23 апреля 2024 г.
МБДОУ ДС "Мечта"с. Князе-Волконское

Завтрак 7 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Суп молочный с вермишелью	200	6,000	8,408	20,028	168,220
Кофейный напиток с молоком	200	2,963	3,863	16,126	102,730
Батон с маслом и сыром	41	3,739	6,765	15,460	137,840
Итого:		12,702	19,036	51,614	408,790

обед 7 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из квашеной капусты со свеклой и солеными огурцами	60	0,859	0,076	3,250	16,788
Суп картофельный с вермишелью и курицей	200	8,240	8,297	16,628	174,009
Рыба тушеная в томате с овощами	80	8,397	4.442	2,636	83,481
Картофельное пюре с капустой тушеной	150	3,286	5,773	18,561	138,903
Чай с сахаром	200	0,100	0.025	5,010	20,655
Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,49	70,500
Хлеб ржаной	40	3,400	1,320	17,000	103,600
Итого:		26,652	20.233	77,574	607,936

Полдник 7 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Запеканка из творога	100	20,186	6,572	18,244	214,180
Кефир	180	5,220	4,500	7,200	95,400
Пряники	40	3,000	2.000	27,200	137,600
Итого:		28,406	13,072	52,644	447,180

Завтрак второй 7 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