



Меню на 30 мая 2024 г.
МБДОУ ДС "Мечта"с. Князе-Волконское

Завтрак 8 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша «Боярская» молочная (пшённая с изюмом)	200	6,282	9.067	30,652	220,067
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 сыром	41	3,739	6,765	15,460	137,840
Итого:		22,437	28,371	59,788	561,769

Обед 8 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,832	6.884	6,353	95,328
Суп овощной с рыбными консервами	200	8.388	5.324	13.501	146.690
Птица отварная	80	14,616	14,728	0,328	192,040
Соус томатный	30	0.396	0.414	2.275	14.538
Макаронные изделия отварные с маслом	155	5.525	4,775	35,290	206,400
Кисель из замороженных ягод	180	0,178	0,086	15,823	66,522
Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,49	70,500
Хлеб ржаной	40	3,400	1,320	17,000	103,600
Итого:		36.705	33.832	105.060	895.618

Полдник 3 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога с рисом	100	16,835	5,330	19,770	196,770
Варенец	200	5,800	5,00	8,200	106,00
Повидло в ассортименте	20	0,08	0.000	13,000	50,000
Итого:		22,715	10,330	40,970	352,770

Завтрак второй 3 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