



Меню на 19 апреля 2024 г.
МБДОУ ДС "Мечта"с. Князе-Волконское

Завтрак 5 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша ячневая молочная вязкая	200	7,307	11,995	5,321	93,916
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 повидлом	45	2,315	4,995	21,960	141,000
Итого:		22,038	29,530	40,957	438,779

Обед 5 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из соленых огурцов с луком	60	0,606	3,666	1,698	41,754
Суп картофельный с горохом	180	4,250	3,998	14,006	108,702
Тефтели мясные	80	11,959	6,419	9,469	143,690
Соус молочный	30	1,039	2,307	2,800	33,627
Капуста тушеная	200	5,116	8,589	22,068	185,547
Чай с лимоном	180	0,163	0,032	10,210	42,985
Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,49	70,500
Хлеб ржаной	40	3,400	1,320	17,000	103,600
Итого:		28,903	26,632	91,741	730,404

Полдник 5 день

Блюдо	Порция	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Шанежка наливная с яйцом	60	5,929	2,719	27,705	158,036
Молоко кипяченое	180	5,220	6,300	8,640	97,200
Итого:		11,149	9,019	36,435	255,236

Завтрак второй 5 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