

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 02.06.2025г.

| Приём пищи | Блюдо | Выход, г. | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | № рецеп-туры | |
|------------|-----------------------|-----------|-------|-------|----------|--------|--------------|-------|
| Завтрак | Суп молочный рисовый | 200 | 4.30 | 4.40 | 16.30 | 123 | № | 11.99 |
| | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | Хлеб с маслом | 35/10 | 3.00 | 9.43 | 18.27 | 170.00 | №1 | 10.19 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.06 | 0.02 | 9.09 | 40.00 | №392 | 1.18 |
| | | | | | | | | |
| Обед | Суп фасолевый | 200 | 5.49 | 5.27 | 16.32 | 135 | №81 | 7.66 |
| | Котлеты мясные | 60 | 11.92 | 8.8 | 11.64 | 173 | №282 | 32.85 |
| | Макароны отварные | 130 | 5.5 | 4.57 | 26.44 | 168 | №317 | 1.61 |
| | Томатный соус | 10 | 0.30 | 1.75 | 1.83 | 24.35 | №347 | 1.02 |
| | Хлеб | 85 | 2.25 | 0.87 | 15.15 | 77.43 | № 87 | 4.51 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0.44 | 0.02 | 27.76 | 113 | №376 | 1.85 |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Булочка домашняя | 60 | 5.82 | 10.01 | 43.13 | 286 | №469 | 9.36 |
| | Какао с молоком | 180 | 3.67 | 3.19 | 15.82 | 107 | №397 | 1.09 |
| Всего | | | 42.75 | 48.33 | 201.75 | 1417 | | 83.31 |