

МКДОУ "Детский сад № 74 " ежедневное меню

Дата 04.09.2024г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	
Завтрак	Суп молочный	200	7.18	6.50	23.54	181	№93	6.55
	с макаронами							
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/10	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	4.08
	Чай сладкий	200	0.12	0.02	10.20	41.00	№393	1.13
Обед	Суп Уральский	200	4.52	4.55	17.4	128.76	№17	7.29
	Плов с мясом	200	19.33	16.19	33.99	359	№304	22.81
	Хлеб	85	2.25	0.87	15.15	77.43	№ 87	2.91
	Компот из сухофруктов	200	0.44	0.02	27.76	113	376	2.54
Полдник	Булочка домашняя	60	5.82	10.01	43.13	286	469	6.40
	Кефир	180	5.22	4.5	7.2	90	№401	6.24
Всего			47.88	52.09	196.64	1446		59.95