

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 05.03.2025г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	
Завтрак	Суп молочный	200	7.18	6.50	23.54	181	№93	9.33
	с макаронами							
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/10	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	6.68
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	0.99
Обед	Суп Уральский	200	2.34	2.82	16.71	101	№77	8.08
	Плов с курятиной	200	19.33	16.19	33.99	359	№304	30.49
	Хлеб	85	2.25	0.87	15.15	77.43	№ 87	4.54
	Компот из изюма	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	2.30
Полдник	Пироги осетинские	100	7.42	2.63	41.81	219.07	№65	18.95
	Кефир	180	5.22	4.5	7.2	90	№401	13.20
Всего			47.24	42.98	193.52	1351		94.56