

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 07.10.2024г

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп- туры	
Завтрак	Суп молочный	200	4.30	4.40	16.30	123	№	7.85
	рисовый							
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/10	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	4.2
	Чай с лимоном	200	0.12	0.02	10.20	41.00	№393	1.9
Обед	Суп фасолевый	200	5.49	5.27	16.32	135	№81	6.41
	Котлеты мясные	80	11.92	8.8	11.64	173	№282	34.1
	Макароны отварные	100	5.5	4.57	26.44	168	№317	1.68
	Томатный соус	20	0.30	1.75	1.83	24.35	№347	1.02
	Хлеб	85	2.25	0.87	15.15	77.43	№ 87	2.9
	Компот из сухофруктов	200	0.44	0.02	27.76	113	376	2.51
Полдник	Булочка домашняя	60	5.82	10.01	43.13	286	№469	6.75
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107	№397	5.49
Всего			42.81	48.33	202.86	1418		74.84