

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 10.02.2025г.

| Прием пищи | Блюдо | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | № рецеп-туры | |
|------------|-----------------------|----------|-------|-------|----------|--------|--------------|-------|
| Завтрак | Суп молочный | 200 | 4.30 | 4.40 | 16.30 | 123 | № | 10.36 |
| | рисовый | | | | | | | |
| Завтрак 2 | Хлеб с маслом | 35/10 | 3.00 | 9.43 | 18.27 | 170.00 | №1 | 7.29 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0.12 | 0.02 | 10.20 | 41.00 | №393 | 1.51 |
| Обед | Суп фасолевый | 200 | 5.49 | 5.27 | 16.32 | 135 | №81 | 8.12 |
| | Котлеты мясные | 80 | 11.92 | 8.8 | 11.64 | 173 | №282 | 36.37 |
| | Макароны отварные | 100 | 5.5 | 4.57 | 26.44 | 168 | №317 | 1.59 |
| | 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 | 4.47 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0.44 | 0.02 | 27.76 | 113 | №376 | 2.16 |
| Полдник | Булочка домашняя | 60 | 5.82 | 10.01 | 43.13 | 286 | №469 | 5.84 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.06 | 0.02 | 90.09 | 41 | №393 | 0.96 |
| Всего | | | 39.20 | 45.16 | 277.13 | 1352 | | 79.69 |