

МКДОУ "Детский сад № 74 " ежедневное меню

Дата 11.09.2024г

| Прием пищи | Блюдо                 | Выход, г | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал   | № рецеп- туры |       |
|------------|-----------------------|----------|-------|-------|----------|--------|---------------|-------|
| Завтрак    | Суп молочный          | 200      | 7.18  | 6.50  | 23.54    | 181    | №93           | 7.04  |
|            | с макаронами          |          |       |       |          |        |               |       |
| Завтрак 2  | Хлеб с маслом         | 35/10    | 3.00  | 9.43  | 18.27    | 170.00 | №1            | 4.54  |
|            | Чай с лимоном         | 200      | 0.12  | 0.02  | 10.20    | 41.00  | №393          | 1.83  |
| Обед       | Суп Харчо             | 200      | 2.34  | 2.82  | 16.71    | 101    | №77           | 4.73  |
|            | Куриная подлива       | 120      | 14.14 | 11.4  | 3.63     | 173.25 | №56           | 26.95 |
|            | Паста пшеничная       | 80       | 3.2   | 0.7   | 19       | 105    | №             | 1.45  |
|            | Хлеб                  | 85       | 2.25  | 0.87  | 15.15    | 77.43  | № 87          | 2.85  |
|            | Компот из сухофруктов | 200      | 0.44  | 0.02  | 27.76    | 113    | 376           | 2.54  |
| Полдник    |                       |          |       |       |          |        |               |       |
|            | Пироги осетинские     | 100      | 7.42  | 2.63  | 41.81    | 219.07 | №65           | 14.39 |
|            | Кефир                 | 180      | 5.22  | 4.5   | 7.2      | 90     | №401          | 6.47  |
| Всего      |                       |          | 45.31 | 38.89 | 183.27   | 1271   |               | 72.79 |