

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 13.01.2025г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	
Завтрак	Суп молочный	200	4.30	4.40	16.30	123	№	10.4
	рисовый							
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/10	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	5.54
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	90.09	40.00	№392	0.99
Обед	Суп фасолевый	200	5.49	5.27	16.32	135	№81	8.48
	Котлеты мясные	80	11.92	8.8	11.64	173	№282	39.08
	Макароны отварные	100	5.5	4.57	26.44	168	№317	0.00
	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	4.48
	Компот из сухофруктов	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	2.00
Полдник	Булочка домашняя	60	5.82	10.01	43.13	286	№469	7.34
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107	№397	7.54
Всего			42.75	48.33	282.75	1417		86.87