

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 13.05.2025г.

Приём пищи	Блюдо	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	4.3	4.4	16.3	123	№	9.49
	Бутерброд с сыром	35/15	6.45	7.27	17.77	162.25	№3	9.63
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	1.05
Завтрак 2	Печенье(гум)	32	0.35	-	9.91	41.04	№368	0.00
Обед	Свекольник со сметан.	200	1.73	4.9	12.2	100	№57	9.71
	Котлеты мясные	70	11.92	8.8	11.64	173	№282	31.86
	Гречка отварная	100	4.2	1.3	21	108	№	2.39
	Соус томатный	30	0.3	1.75	1.83	24.35	№347	1.2
	Хлеб	85	2.25	0.87	15.15	77.43	№ 87	4.43
	Компот из изюма	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	2.02
Полдник	Гренки с яйцом	35/0,25	7.80	7.95	29.40	220	№78	8.15
	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9.09	40	№392	1.05
Всего			35.56	32.90	115.87	1099		80.98