

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 16.05.2025г.

Приём пищи	Блюдо	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	
Завтрак	Суп молочный рисовый	200	4.30	4.40	16.30	123	№	10.22
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/10	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	7.28
	Чай с сахаром	200	0.12	0.02	10.20	41.00	№393	1.02
Обед	Свекольник со сметаной	200	1.92	6.33	10.05	104.12	№2	8.9
	Рыбные котлеты	70	11.92	8.8	11.64	173	№282	22.74
	Макароны отварные	100	4.2	1.3	21	108	№317	1.73
	Томатный соус	30	0.30	1.75	1.83	24.35	№347	1.13
	Хлеб	85	2.25	0.87	15.15	77.43	№ 87	4.45
	Компот из изюма	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	1.68
Полдник	Пирожки с картошкой	70	8.01	4.46	56.14	293.7	№69	12.41
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107	№397	6.80
Всего			40.13	40.57	204.16	1335		78.40