

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 17.03.2025г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	
Завтрак	Суп молочный	200	5.60	3.00	28.00	113	№	8.23
	Гречневый							
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/8	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	7.64
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	0.88
Обед	Суп гороховый	200	5.49	5.27	16.32	135	№81	5.48
	Тефтели мясные	70	19.33	8.18	6.04	175.1	№286	34.00
	Макароны отварные	100	5.5	4.57	26.44	168	№317	1.62
	Томатный соус	30	0.30	1.75	1.83	24.35	№347	0.98
	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	2.14
Полдник	Рогалики сладкие	60	5.82	10.01	43.13	286	№469	7.16
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107	№397	7.42
Всего			51.46	46.31	207.85	1409		80.03