

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 19.03.2025г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	
Завтрак	Суп молочный	200	7.18	6.50	23.54	181	№93	8.61
	с макаронами							
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/10	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	7.66
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	1.12
Обед	Суп Уральский	200	2.34	2.82	16.71	101	№77	8.23
	Плов с курятиной	200	19.33	16.19	33.99	359	№304	27.93
	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	2.06
Полдник	Пироги осетинские	100	7.42	2.63	41.81	219.07	№65	24.41
	Кефир	180	5.22	4.5	7.2	90	№401	11.84
Всего			47.24	42.98	193.52	1351		96.31