

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 03.06.2026г.

| Приём пищи | Блюдо                  | Выход, г. | Белки | Жиры   | Углеводы | Ккал   | № рецеп-туры | Цена  |
|------------|------------------------|-----------|-------|--------|----------|--------|--------------|-------|
| Завтрак    | Суп молочный гречневый | 200       | 7.18  | 6.50   | 23.54    | 181    | №93          | 10.54 |
|            |                        |           |       |        |          |        |              |       |
| Завтрак 2  | Хлеб с маслом          | 35/8      | 3.00  | 9.43   | 18.27    | 170.00 | №1           | 8.75  |
|            | Чай с сахаром          | 200       | 0.06  | 0.02   | 9.09     | 40.00  | №392         | 0.99  |
|            |                        |           |       |        |          |        |              |       |
| Обед       | Суп Харчо              | 200       | 7.5   | 5.7    | 12.3     | 147    | №212         | 7.43  |
|            | Биточки мясные         | 60        | 17.4  | 13.8   | 15.6     | 26     | №56          | 33.44 |
|            | Каша пшенная           | 120       | 43.8  | 41.7   | 247      | 1539   | №206         | 1.1   |
|            | Соус томатный          | 20        | 0.49  | 0.03   | 2.74     | 12.62  | №86          | 0.99  |
|            | Хлеб ржаной            | 35        | 2.5   | 15.39  | 12.7     | 66.1   | №8           | 1.08  |
|            | Хлеб пшеничный         | 50        | 4.60  | 0.50   | 29.50    | 141.00 | №7           | 3.2   |
|            | Компот из изюма        | 200       | 0.44  | 0.02   | 27.76    | 113    | №376         | 2.43  |
|            |                        |           |       |        |          |        |              |       |
| Полдник    | Пироги осетинские      | 100       | 7.42  | 2.63   | 41.81    | 219.07 | №65          | 21.25 |
|            | Кефир                  | 160       | 5.22  | 4.5    | 7.2      | 90     | №401         | 14.6  |
|            |                        |           |       |        |          |        |              |       |
| Всего      |                        |           | 99.61 | 100.22 | 447.51   | 2745   |              | 105.8 |