

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 13.03.2026г.

Приём пищи	Блюдо	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	Цена
Завтрак	Суп молочный с макаронами	200	4.30	4.40	16.30	123	№	11.08
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/10	3.06	9.43	18.27	170.00	№1	8.25
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	1.07
Обед	Борщ со сметаной	200	1.92	2.13	10.53	70	№6	10.99
	Плов с мясом	200	19.33	16.19	33.99	359	№304	38.41
	Хлеб ржаной	35	2.5	0.50	12.7	66.1	№8	1.67
	Хлеб пшеничный	50	4.60	0.50	29.50	141.00	№7	3.18
	Компот из яблок	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	2.11
Полдник	Оладьи	70	8.13	6.86	47.1	280	№449	8.40
	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9.09	40	№392	1.07
Всего			44.40	40.07	214.33	1402		86.23