

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 18.03.2026г.

Приём пищи	Блюдо	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	Цена
Завтрак	Суп молочный с макаронами	200	7.18	6.50	23.54	181	№93	11.69
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/8	3.06	9.43	18.27	170.00	№1	8.21
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	1.04
Обед	Суп Уральский	200	4.52	4.55	17.4	128.76	17	8.6
	Плов с курятиной	200	13.97	13.51	22.88	279	№7	23.77
	Хлеб ржаной	35	2.0	0.4	10	52.2	№8	1.31
	Хлеб пшеничный	46	4.60	0.50	29.50	141.00	№114	3.65
	Компот из изюма	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	2.07
Полдник	Пироги осетинские	100	8.01	4.46	56.14	296.7	№69	27.14
	Кефир	180	5.22	4.5	7.2	90	№401	13.30
Всего			49.06	43.89	221.78	1492		100.73