

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 18.11.2025г.

Приём пищи	Блюдо	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	Цена
Завтрак	Каша манная молочная	200	4.52	4.07	30.57	177	№168	8.81
	Бутерброд с маслом	35/8	3.06	9.43	18.27	170.00	№1	8.18
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.0	№392	1.13
Завтрак 2	Конфеты (гум)	30	2.3	2.9	22.3	125.1	№95	0.00
Обед	Борщ со сметаной	200	1.95	2.13	10.53	70	№6	10.23
	Тефтели мясные	70	11.78	12.91	14.9	223	№26	34.69
	Гречка отварная	120	4.2	1.3	21	108	№	2.73
	Соус томатный	10	0.49	0.03	2.74	12.92	№86	1.02
	Хлеб	85	2.25	0.87	15.15	77.43	№ 87	4.68
	Компот из сухофруктов	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	0.90
Полдник	Макароны отв. с маслом	100	5.50	4.57	26.44	168.0	№317	7.3
	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9.09	40.0	№392	1.13
Всего			36.61	38.27	207.84	1324		80.80