

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 22.06.2026г.

Приём пищи	Блюдо	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	Цена
Завтрак	Суп молочный пшённый	200	6.76	10.40	25.87	225	№31	11.08
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/8	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	9.28
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	1.03
Обед	Суп гороховый	200	5.49	5.27	16.32	135	№81	6.62
	Тефтели мясные	60	19.33	8.18	6.04	175.1	№286	35.07
	Макароны отварные	120	5.5	4.57	26.44	168	№317	2.14
	с томатным соусом	20	0.30	1.75	1.83	24.35	№347	1.02
	Хлеб ржаной	35	2.50	0.5	12.7	66.1	№8	1.12
	Хлеб пшеничный	50	4.60	0.50	29.50	141.00	№7	4.33
	Компот из изюма	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	1.93
Полдник	Рогалики сладкие	60	5.82	10.01	43.13	286	№469	10.36
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107	№397	7.71
Всего			57.47	53.84	232.77	1650		90.57