

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 23.06.2026г.

Приём пищи	Блюдо	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	Цена
Завтрак	Каша пшённая молочная	200	6.76	10.4	25.87	224.9	№31	10.89
	Бутерброд с сыром	35/15	6.45	7.27	17.77	162.25	№3	13.49
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	1.02
Завтрак 2	Конфеты (гум)	30	1.77	1.41	22.5	109	№94	0.00
Обед	Суп Харчо	200	7.5	5.7	12.3	147	№212	8.6
	Котлеты мясные	60	17.4	13.8	11.64	173	№339	34.35
	Гречка отварная	120	6.21	5.28	27.9	184	№168	1.79
	Соус томатный	20	0.49	0.03	2.74	12.62	№86	0.98
	Хлеб ржаной	20	2.5	0.5	12.7	66.1	№8	1.01
	Хлеб пшеничный	65	4.60	0.50	29.50	141.00	№7	3.34
	Компот из изюма	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	2.28
Полдник	Гренки с яйцом	35/0,25	7.80	7.95	29.40	220	№78	8.0
	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9.09	40	№392	1.02
Всего			55.28	42.50	150.73	1408		86.79