

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 27.10.2025г.

Приём пищи	Блюдо	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	Цена
Завтрак	Макароны отварные	100	5.50	4.57	26.44	168	№317	8.21
	с маслом	5						
	Хлеб с маслом	35/8	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	7.41
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	1.13
Завтрак 2	Конфеты(гум)	30	2.3	2.9	22.3	125.1	№95	0.00
Обед	Суп гороховый	200	2.21	2.44	16.1	185.8	№18	5.39
	Тефтели мясные	60	11.78	12.91	14.9	223	№26	34.87
	Гречка отварная	130	6.21	5.28	27.9	184	№168	2.55
	с томатным соусом	10	0.49	0.03	2.74	12.62	№86	1.02
	Хлеб	85	4.60	0.50	29.50	141.00	№114	4.51
	Компот из сухофруктов	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	0.95
Полдник	Рогалики сладкие	60	5.82	10.01	43.13	286	№469	7.67
	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9,09	40	№392	1.13
Всего			42.47	48.13	238.13	1689		74.84