

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 29.09.2025г.

| Приём пищи | Блюдо | Выход, г. | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | № рецеп-туры | Цена |
|------------|------------------------|-----------|-------|-------|----------|--------|--------------|-------|
| Завтрак | Суп молочный гречневый | 200 | 5.60 | 3.00 | 28.00 | 113 | № | 9.27 |
| Завтрак 2 | Хлеб с маслом | 35/8 | 3.00 | 9.43 | 18.27 | 170.00 | №1 | 8.37 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.06 | 0.02 | 9.09 | 40.00 | №392 | 0.98 |
| Обед | Суп гороховый | 200 | 5.49 | 5.27 | 16.32 | 135 | №81 | 5.27 |
| | Тефтели мясные | 70 | 19.33 | 8.18 | 6.04 | 175.1 | №286 | 33.65 |
| | Макароны отварные | 100 | 5.5 | 4.57 | 26.44 | 168 | №317 | 1.54 |
| | с томатным соусом | 30 | 0.30 | 1.75 | 1.83 | 24.35 | №347 | 0.98 |
| | Хлеб | 85 | 2.25 | 0.87 | 15.15 | 77.43 | № 87 | 4.16 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0.44 | 0.02 | 27.76 | 113 | №376 | 1.61 |
| Полдник | Рогалики сладкие | 60 | 5.82 | 10.01 | 43.13 | 286 | №469 | 6.79 |
| | Какао с молоком | 180 | 3.67 | 3.19 | 15.82 | 107 | №397 | 6.49 |
| Всего | | | 51.46 | 46.31 | 207.85 | 1409 | | 79.11 |