

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 30.01.2026г.

Приём пищи	Блюдо	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	Цена
Завтрак	Суп молочный с макаронами	200	4.30	4.40	16.30	123	№	10.84
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/10	3.06	9.43	18.27	170.00	№1	8.74
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	1.04
Обед	Борщ со сметаной	200	1.92	2.13	10.53	70	№6	8.89
	Плов с мясом	200	19.33	16.19	33.99	359	№304	38.05
	Хлеб	85	2.25	0.87	15.15	77.43	№ 87	4.28
	Компот из яблок	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	0.88
Полдник	Оладьи	70	8.13	6.86	47.1	280	№449	9.73
	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9.09	40	№392	1.04
Всего			39.55	39.94	187.28	1272		83.49