

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 30.03.2026г.

Приём пищи	Блюдо	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	Цена
Завтрак	Суп молочный гречневый	200	5.60	3.00	28.00	113	№	11.72
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/8	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	8.02
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	1.18
Обед	Суп гороховый	200	5.49	5.27	16.32	135	№81	7.11
	Тефтели мясные	60	19.33	8.18	6.04	175.1	№286	34.48
	Макароны отварные	120	5.5	4.57	26.44	168	№317	2.05
	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	1.61
	Хлеб пшеничный	50	4.60	0.50	29.50	141.00	№7	3.44
	Компот из изюма	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	2.33
Полдник	Рогалики сладкие	60	5.82	10.01	43.13	286	№469	11.04
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107	№397	7.06
Всего			56.31	46.44	234.90	1539		89.45