

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 27.12.2024г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	
Завтрак	Суп молочный	200	4.30	4.40	16.30	123	№	8.69
	рисовый							
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/10	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	5.28
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	90.09	40.00	№392	1.06
Обед	Суп фасолевый	200	5.49	5.27	16.32	135	№81	8.83
	Котлеты куриные	80	11.92	8.8	11.64	173	№282	29.7
	Гречка отварная	100	4.2	1.3	21	108	№317	2.40
	Томатный соус	20	0.30	1.75	1.83	24.35	№347	1.02
	Хлеб	85	2.25	0.87	15.15	77.43	№ 87	3.08
	Компот из яблок	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	0.91
Полдник	Булочка домашняя	60	5.82	10.01	43.13	286	№469	7.52
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107	№397	4.89
Всего			41.45	45.06	277.31	1357		73.40