

МКДОУ "Детский сад № 74" ежедневное меню

Дата 30.06.2025г.

Приём пищи	Блюдо	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецеп-туры	
Завтрак	Суп молочный рисовый	200	4.30	4.40	16.30	123	№	10.02
Завтрак 2	Хлеб с маслом	35/10	3.00	9.43	18.27	170.00	№1	8.13
	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	9.09	40.00	№392	1.05
Обед	Суп гороховый	200	5.49	5.27	16.32	135	№81	4.47
	Гуляш мясной	100	11.92	8.8	11.64	173	№282	33.39
	Макароны отварные	100	5.5	4.57	26.44	168	№317	1.65
	Хлеб	85	2.25	0.87	15.15	77.43	№ 87	3.3
	Компот из сухофруктов	200	0.44	0.02	27.76	113	№376	1.79
Всего			32.96	33.38	140.97	999		63.80