

МЕНЮ на "05" февраля 2026 г.

по МБДОУ «Детский сад № 74 «Родничок»

Завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Каша вязкая "Дружба"	180/5	4,42	6,7	21,6	155,82	150/3	3,7	3,9	17,9	122,2
Бутерброд с маслом	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
Кофейный напиток с молоком	200	3,15	2,59	12,87	87,11	170	2,68	2,26	13,55	85,9
<i>Итого</i>	425	10,27	13,64	52,07	363,22	356	8,69	8,83	46,52	301,59
2 завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Плоды свежие (яблоко)	180	0,63	0,63	15,52	74,45	150	0,52	0,52	12,93	62,04
	180	0,6	0,6	15,5	74,5	150,0	0,5	0,5	12,9	62,0
Обед	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Икра морковная	50	1,1	2,3	5,43	46,85	30	0,66	2,4	3,35	38,7
Суп картофельный с рыбой	180	20,19	5,68	14,58	190,53	150	16,82	4,73	12,15	158,77
Рыба, тушенная с овощами	80	7,66	3,85	2,2	74	60	5,74	2,88	1,65	55,5
Каша рисовая рассыпчатая	120	2,77	4,75	29,1	173,45	100	2,31	3,96	24,25	144,54
Компот из кураги	180	0,14	0,12	21,72	101,7	150	0,12	0,1	18,1	73,5
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,67	0,39	16,08	76	30	2	0,3	12,06	57,04
Проведена витаминизация 3 блюда витамином С	650,00	34,53	17,09	89,11	662,53	520,0	27,65	14,37	71,56	528,05
Полдник	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Омлет натуральный с маслом	130	11,61	11	8,81	202,53	120	10,8	10,24	8,2	188,4
Чай с лимоном	180	0,08	0,01	8,52	34,8	150	0,07	0,01	7,1	29
Хлеб пшеничный	26,8	2,07	0,25	13,78	65,66	21	1,63	0,2	10,79	51,45
<i>Итого</i>	336,80	13,76	11,26	31,11	302,99	291	12,50	10,45	26,09	268,85
Итого за день	1591,8	59,2	42,6	187,8	1403,2	1317,0	49,4	34,2	157,1	1160,5