

МЕНЮ на 06 июня 2025г.

по МБДОУ «Детский сад № 74 «Родничок»

Завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Каша жидкая пшеничная	160/5	3,36	3,08	24,3	138,67	150/3	3,15	2,89	22,8	130
Бутерброд с сыром	40/3/14,8	6,52	6,95	20,6	171,0	30,5/2/9,5	4,65	4,68	15,7	123,5
Какао с молоком	180	3,67	3,18	15,82	107	160	2,66	2,13	8,85	64,85
<i>Итого</i>	419,2	13,6	13,2	60,7	416,7	353	10,5	9,7	47,4	318,4
2 завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Йогурт питьевой фруктовый	156	4,68	3,9	17,16	123,2	139	4,17	3,48	15,29	109,8
<i>Итого</i>	156	4,7	3,9	17,2	123,2	139	4,2	3,5	15,3	109,8
Обед	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне	180	3,68	4,06	10,78	94,5	150	3,07	3,38	8,99	78,75
Котлета мясная	80	14,8	13,89	5,7	207,2	72	13,32	12,5	5,13	186,5
Огурцы соленые	26	0,21	0	0,65	3,4	21	0,17	0	0,53	2,8
Рагу из овощей	150	2,42	12,81	13,5	178,61	120	1,94	10,41	10,9	145,08
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	23,88	97,6	150	0,12	0,12	17,91	73,2
Хлеб ржано-пшеничный	37	2,44	0,41	6,92	80,5	30	2	0,3	12,06	57,04
<i>Итого</i>	673,0	23,7	31,3	61,4	661,9	543,0	20,6	26,7	55,5	543,4
Полдник	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Омлет натуральный с маслом	130	11,70	11,09	9	204	120	10,80	10,2	8	168
Чай с сахаром	180	0,04	0,01	8,37	33,57	160	0,04	0,01	7,46	29,87
Хлеб пшеничный	36	2,79	0,34	18,5	88,2	30	2,25	0,15	15	70,4
<i>Итого</i>	346	15	11	36	326	310	13	10	31	268
Итого за день	1594	56,5	59,9	175,1	1527,7	1345	48,3	50,3	148,8	1239,9