

МЕНЮ на "11" 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"	175/5	4,3	6	21	151,5	150/3	3,7	3,9	17,9	122,2
Бутерброд с повидлом	37,8/2,5/ 12,3	2,96	2,96	26,86	138,8	30/2,5/10	2,35	2,19	21,55	114,5
Чай с молоком и сахаром	200	2,24	1,6	9,76	61,69	160	1,81	1,28	7,27	47,25
<i>Итого</i>	432	9,50	10,56	57,62	351,95	354,5	7,86	7,37	46,72	283,90
2 завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Плоды свежие (яблоко)	150	0,52	0,52	12,93	62,04	150	0,52	0,52	12,93	62,04
	150	0,5	0,5	12,9	62,0	150	0,52	0,52	12,93	62,04
Обед	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне	180	3,68	4,01	10,78	94,5	150	3,07	3,38	8,98	78,75
Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	70	8,49	12,18	6,9	171,5	50	6,05	8,7	4,93	122,5
Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,94	0,65	27,04	134,42	100	3,76	0,5	20,6	102,33
Компот из апельсинов	180	0,31	0,07	18,51	77,72	150	0,26	0,06	15,43	64,77
Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3	30	2	0,3	12,06	57,04
Икра морковная	50	1,1	4	5,58	64,5	30	1,1	4,0	5,58	64,5
<i>Проведена витаминизация 3 блюда витамином С</i>	647,5	21,02	21,28	83,89	613,94	510,0	16,24	16,94	67,58	489,89
Полдник	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Пирожок печеный с морковью и яйцом	75	4,87	3,37	28,50	165,0	60	3,90	2,70	22,80	132,0
Компот из изюма	180	0,29	0,07	17,97	74,13	150	0,24	0,06	14,98	61,78
<i>Итого</i>	255	5,16	3,44	46,47	239,13	210	4,14	2,76	37,78	193,78
Итого за день	1484,5	36,2	35,8	200,9	1267,1	1 225	28,8	27,6	165,0	1029,6