

МЕНЮ на "12" февраля 2026 г.

по МБДОУ «Детский сад № 74 «Родничок»

Завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,11	4,68	16,92	130,68	160	4,54	4,16	15,04	116,16
Бутерброд с маслом	40/4	3,13	3,42	20,61	124,5	31/3	2,42	2,57	15,97	95,81
Какао с молоком	200	3,87	3,13	13,18	95,71	160	3,1	2,51	10,04	74,63
<i>Итого</i>	424	12,11	11,23	50,71	350,87	354	10,06	9,24	41,05	286,60
2 завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Кефир	162	4,86	4,05	6,48	82,62	140	4,2	3,5	5,6	71,4
	162	4,9	4,1	6,5	82,6	140,0	4,2	3,5	5,6	71,4
Обед	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Огурец соленый	27	0,22	0	0,68	3,9	20	0,15	0	0,47	2,8
Рассольник "Ленинградский" на м. Бульоне	180	3,88	4,20	13,56	107,64	150	3,24	3,5	11,3	89,7
Биточки рубленые	80	12,44	9,24	12,56	183	73	11,19	8,31	11,3	164,7
Рагу из овощей	150	2,43	13,02	13,69	181,5	120	1,94	10,41	10,95	145,2
Компот из яблок	180	0,14	0,14	13,5	54,82	150	0,12	0,12	12,91	52
Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3	30	2	0,3	12,1	57,04
<i>Проведена витаминизация 3 блюда витамином С</i>	655	21,61	26,97	69,07	602,18	543	18,64	22,64	59,03	511,41
Полдник	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Сырники из творога	105	19,62	13,3	13,68	304,2	80	14,51	9,83	8,88	181,81
Соус молочный сладкий	30	0,57	1,35	3,9	30,45	20	0,38	0,9	2,6	20,3
Чай с сахаром	180	0,04	0,01	8,38	33,6	150	0,04	0,01	6,99	28
<i>Итого</i>	315	20,23	14,66	25,96	368,25	250	14,93	10,74	18,47	230,11
Итого за день	1555,5	58,8	56,9	152,2	1403,9	1287,0	47,8	46,1	124,2	1099,5