

МЕНЮ на "18" июня 2025 г.

по МБДОУ «Детский сад № 74 «Родничок»

Завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Каша вязкая "Дружба"	160/5	5,09	6,58	21,19	164,3	150/3	4,73	6,11	19,71	152,8
Бутерброд с повидлом	38,6/12	3	0,37	27,16	124,0	30/8,5	2,33	0,29	20,61	94,4
Чай с молоком	180	2,66	2,34	14,31	88,9	160	2,37	2,08	12,71	79,0
<i>Итого</i>	407	11	9,3	62,7	377,3	362	9	8,5	53,0	326,2
2 завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Фрукты свежие (яблоко)	81	0,32	0,32	7,94	35,9	78	0,31	0,31	7,64	34,6
	81	0,3	0,3	7,9	35,9	78	0,3	0,3	7,6	34,6
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	93,9	150	3,07	3,38	8,98	78,6
Котлеты рубленные из кур, запеченные с соусом молочным	69	8,3	11,9	6,76	167,3	55	6,61	9,5	5,38	133,5
Салат из горошка зеленого консервированного	29	0,88	1,5	1,83	24,3	24	0,72	1,24	1,50	20,0
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,13	0,54	22,57	111,7	100	3,76	0,49	20,52	101,5
Компот из свежих апельсинов	180	0,41	0,09	30,6	124,9	150	0,35	0,07	25,5	104,0
Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	73,7	30	2	0,3	12,06	58,9
	605,5	19,9	18,4	88	596	509,0	17	15	74	497
Полдник	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Пирожок печеный с морковью и яйцом	75	4,87	3,37	28,5	165	60	3,9	2,7	22,8	132
Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	19,67	95	160	0,54	0,22	17,19	83,74
<i>Итого</i>	255	5,5	3,6	48,2	260,0	220	4,4	2,9	40,0	215,7
Итого за день	1348,9	36,5	31,6	206,4	1268,9	1168,9	30,7	26,7	174,6	1073,11