

МЕНЮ на "19" июня 2025 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	130,2	140	4,0	3,6	13,2	101,3
Бутерброд с маслом	36,1/5	2,83	4,14	18,62	123,1	30/3	2,02	6,2	12,06	112,1
Какао с молоком	180	3,67	3,18	15,82	106,6	150	3,1	2,7	13,2	88,8
<i>Итого</i>	<b>401,1</b>	<b>11,61</b>	<b>12,00</b>	<b>51,36</b>	<b>359,88</b>	<b>323</b>	<b>9,05</b>	<b>12,49</b>	<b>38,40</b>	<b>302,23</b>
2 завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Йогурт питьевой фруктовый	144	4,32	3,6	15,84	113,0	135	4,1	3,4	14,9	106,0
<i>Итого</i>	<b>144</b>	<b>4,3</b>	<b>3,6</b>	<b>15,8</b>	<b>113,0</b>	<b>135</b>	<b>4,1</b>	<b>3,4</b>	<b>14,9</b>	<b>106,0</b>
Обед	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Огурец соленый	19	0	0	0,57	2,28	15	0,00	0,00	0,45	1,80
Суп картофельный с рыбой	180	20,19	5,68	14,58	190,53	160	17,95	4,98	12,96	169,3
Рыба отварная	80	14,13	0,55	0,62	64,0	60	10,6	0,4	0,5	48,0
Рагу из овощей	150	2,42	12,81	13,5	178,61	120	1,92	9,1	10,87	132,8
Компот из сушеных фруктов	180	0,15	0,13	36,2	98	150	0,35	0,016	22,21	90,4
Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3	30	1,9	0,3	11,3	53,5
<i>Итого</i>	<b>646,5</b>	<b>39,39</b>	<b>19,54</b>	<b>80,55</b>	<b>604,72</b>	<b>535</b>	<b>32,693</b>	<b>14,79</b>	<b>58,265</b>	<b>495,775</b>
Полдник	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Сырники из творога	98	18,13	12,29	11,1	227,0	60	11,10	7,52	6,77	138,98
Соус молочный сладкий	20	0,38	0,9	2,6	20,02	20	0,38	0,9	2,6	20,02
Чай с сахаром	180	0,04	0,01	8,38	33,60	150	0,04	0,01	6,99	28
<i>Итого</i>	<b>298</b>	<b>18,6</b>	<b>13,2</b>	<b>22,0</b>	<b>280,6</b>	<b>230</b>	<b>11,5</b>	<b>8,4</b>	<b>16,4</b>	<b>187,0</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1490</b>	<b>73,9</b>	<b>48,3</b>	<b>169,8</b>	<b>1358,3</b>	<b>1223</b>	<b>57,3</b>	<b>39,1</b>	<b>127,9</b>	<b>1091,0</b>