

МЕНЮ на "20" июня 2025 г.

по МБДОУ «Детский сад № 74 «Родничок»

Завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Каша молочная кукурузная жидкая с маслом	180	4,67	5,41	20,06	147,6	150	3,9	4,5	16,7	123,0
Бутерброд с сыром	40,8/15	6,61	4,74	20,97	153,0	30/10	4,62	3,19	15,42	108,9
Кофейный напиток с молоком	190	3	2,54	15,14	95,4	160	2,5	2,1	12,7	80,4
<i>Итого</i>	450,3	14,28	12,69	56,17	396,01	358	11,04	9,84	44,89	312,23
2 завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Бифидок	168	5,04	4,20	6,72	84,84	140	4,2	3,5	5,6	70,7
	168	5,04	4,20	6,72	84,84	140	4,20	3,50	5,60	70,70
Обед	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Икра морковная	50	1,1	4	5,58	62,7	40	0,87	3,19	4,45	50,0
Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	180	3,89	4,2	13,56	107,6	150	3,24	3,5	11,3	89,7
Гуляш из отварного мяса	62	15,98	12,52	4,05	192,87	50	12,89	10,1	3,27	155,5
Картофельное пюре	120	2,6	4,5	15,6	113,3	100	2	3,45	11,92	86,7
Чай с лимоном	180	0,08	0,01	8,52	34,5	150	0,07	0,01	7,1	28,8
Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	73,7	30	2	0,3	12,06	58,9
	629,50	26,15	25,60	62,39	584,63	520,00	21,07	20,55	50,1	469,63
Полдник	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Булочка домашняя	60	3,6	4,8	17,4	127,2	60	3,6	4,8	17,4	127,2
Сок в ассортименте	176	0	0	20,24	81,0	166	0	0	19,09	76,4
<i>Итого</i>	236	3,60	4,80	37,64	208,16	226	3,60	4,80	36,49	203,56
Итого за день	1483,8	49,1	47,3	162,9	1273,6	1244,0	39,9	38,7	137,1	1056,1