

## МЕНЮ на "23" июня 2025 г.

по МБДОУ «Детский сад № 74 «Родничок»

Завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке	160	5,85	6,75	24,75	183,2	150	4,71	5,48	19,9	147,8
Чай с сахаром	180	0,04	0,01	8,37	33,7	160	0,04	0,01	7,46	30,1
Бутерброд с маслом	39/5	3,06	4,17	20,11	130,2	30/3	2,02	3,87	12,13	91,4
<i>Итого</i>	<b>382,50</b>	<b>9,0</b>	<b>10,9</b>	<b>53,2</b>	<b>347,1</b>	<b>343</b>	<b>6,8</b>	<b>9,4</b>	<b>39,5</b>	<b>269,3</b>
2 завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Сок в ассортименте	172	0,00	0	19,8	79,1	155	0	0	17,83	71,3
	<b>172</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	<b>19,8</b>	<b>79,1</b>	<b>155</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>17,83</b>	<b>71</b>
Обед	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	200	4,09	4,5	11,98	104,8	160	2,24	3,27	9,3	75,6
Тефтели с сметанно-томатным соусом	77	7,84	5,5	6,53	107,0	60	4,43	4,91	5,85	85,3
Макаронные изделия отварные	110	4,18	0,55	22,88	113,2	100	3,8	0,5	20,8	102,9
Икра морковная	50	1,1	2,3	5,43	46,8	40	0,87	3,19	4,45	50,0
Напиток из шиповника	180	0,7	0,68	21,86	96,4	160	0,54	0,22	17,3	73,3
Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	73,7	30	2	0,3	12,06	58,9
	<b>654,5</b>	<b>20,4</b>	<b>13,9</b>	<b>83,8</b>	<b>541,8</b>	<b>550</b>	<b>13,9</b>	<b>12,4</b>	<b>69,8</b>	<b>446,1</b>
Полдник	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Пудинг из творога с яблоками	109	13,5	11,44	15,89	220,5	80	9,93	8,4	11,67	162,0
Соус фруктовый	15	0,14	0,01	2,01	8,7	15	0,14	0,01	2,01	8,7
Чай с лимоном	180	0,08	0,01	8,52	34,5	150	0,07	0,01	7,1	28,8
<i>Итого</i>	<b>304</b>	<b>13,72</b>	<b>11,46</b>	<b>26,42</b>	<b>264</b>	<b>245</b>	<b>10,14</b>	<b>8,4</b>	<b>20,8</b>	<b>199</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1513,0</b>	<b>43,08</b>	<b>36,29</b>	<b>183,19</b>	<b>1231,7</b>	<b>1293,0</b>	<b>30,79</b>	<b>30,2</b>	<b>147,9</b>	<b>986</b>