

МЕНЮ на "30" июня 2025 г.

по МБДОУ «Детский сад № 74 «Родничок»

Завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	калл	Вес	Б	Ж	У	калл
Каша пшенная на сгущеном молоке с маслом сливочным	170	5,92	6,76	23,94	180,3	150	5,26	6,06	21,2	160,4
Чай с сахаром	200	0,04	0,01	9,3	37,5	160	0,04	0,01	7,46	30,1
Бутерброд с маслом	37,5/4	2,93	3,4	19,32	119,6	30/3	2,02	3,87	12,13	91,4
	422,5	8,89	10,17	52,56	337,33	343	7,32	9,94	40,79	281,90
2 завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	калл	Вес	Калл	Б	Ж	У
Сок в ассортименте	169	0	0	19,44	77,8	160	0	0	18,4	73,6
	169	0	0	19,44	77,76	160	0	0	18,4	73,60
Обед	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	калл	Вес	Калл	Б	Ж	У
Суп картофельный с макаронными изд. и мясными фрикадельками	155/15,7	4,66	3,24	10,63	90,3	150/15	4,53	3,15	10,32	87,8
Шницель рубленый	70	10,75	9,21	10,89	169,5	60	9,22	6,86	9,34	136,0
Капуста тушеная	110	2,17	4	10,45	86,5	100	1,56	2,94	7,58	63,0
Каша рисовая рассыпчатая	50	1,2	1,97	12	70,5	50	1,2	1,97	12	70,5
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	23,88	97,6	150	0,12	0,12	17,91	73,2
Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	73,7	30	2	0,3	12,1	59,1
	658,5	21,44	18,95	82,93	588,03	545	18,63	15,34	69,25	489,58
Полдник	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	калл	Вес	Калл	Б	Ж	У
Булочка дорожная	60	4,06	8,37	31,28	217,2	60	4,06	8,37	31,28	217,2
Чай с лимоном	180	0,08	0,01	8,52	34,8	150	0,07	0,01	7,1	29
<i>Итого</i>	240	4,14	8,38	39,80	252,00	210	4,13	8,38	38,38	246,20
Итого за день	1490	34	38	195	1255	1258,0	30,1	33,7	166,8	1091,3