

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ №62
Марьина О.М.

МЕНЮ на 10 октября 2024г
9-й день 10-дневного меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша пшеничная молочная	180	202,4	180	202,4
Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	72,67	180	72,67
Батон пшеничный в/сорт	20	105,63	20	105,63
Повидло вишневое	16	43,31	10	43,31
2-й завтрак				
Напиток лимонный	180	43	150	43
Печенье «К кофе...»	18	57,8	18	53,6
Обед				
Свекла тушеная	30	26,52	25	26,52
Суп с клецками на м/б(свинина)	180	116,84	150	116,84
Плов из отварной свинины	130	125,83	100	125,83
Компот из сухофруктов	200	64,7	180	64,7
Хлеб ржано-пшеничный	32	82,65	30	82,65
Уплотненный полдник				
Огурец соленый	14	96,48	14	96,48
Картофель тушеный домашнему с говядиной тушеной	200	45,15	180	45
Хлеб пшеничный	30	92,12	25	92,12