

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ №62

Марьина О.М.

**МЕНЮ на 16 октября 2024г**

Наименование	Выход в грамм ах	Энергети ческая ценност ь (ккал)	Выхо д в грам мах	Энергети ческая ценност ь (ккал)
<b>Завтрак</b>	<b>Сад 10,5 часов</b>		<b>Ясли 10,5 часов</b>	
Каша пшеничная молочная	180	155,67	180	105,36
Какао со сгущенным молоком	200	45,46	150	42,2
Батон пшеничный в/сорт	20	138,12	20	135,2
Масло сливочное порциями	10	12,3	8	9,84
<b>2-й завтрак</b>				
Напиток из консервированных персиков	150	140,42	130	121,69
<b>Обед</b>				
Свекла тушеная	30	86	20	57,33
Рассольник на м/б (говядина) со сметаной	180	116,84	180	116,84
Котлета мясная п/ф запеченная	50	78,25	40	62,6
Каша гречневая вязкая	130	49,64	100	38,18
Компот из с/зам смородины	200	27,2	180	24,48
Хлеб ржано-пшеничный	35	54,37	25	50,81
<b>Уплотненный полдник</b>				
Сельдь с луком и маслом растительным	30	86,1	20	83,1
Картофель тушеный по-домашнему с говядиной тушеной	130	62,3	100	47,92
Хлеб пшеничный	30	92,12	25	92,12