

"Утверждаю"
 Заведующий МБДОУ № 62 О.М.Марьина



МЕНЮ на 22 октября 2024г

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша овсяная молочная	180	98	150	81,66
Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	58,61	180	58,61
Масло сливочное порциями	6	45,63	6	45,63
Батон нарезной в/сорт	21	72,67	21	72,67
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок фруктовый виноградный	150	50,42	130	36,4
ОБЕД				
Свекла тушеная	30	12,4	25	10,33
Суп Дальневосточный с яйцом со сметаной на м/б (свинина)	180	116,84	180	116,84
Котлета мясная п/ф запеченная	50	78,25	40	62,6
Каша гречневая вязкая	120	58,32	100	48,6
Соус белый	30	12,1	25	10,08
Компот из сухофруктов	200	27,2	180	24,48
Хлеб ржано-пшеничный	32	100,88	32	100,88
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Рагу овощное с говядиной тушеной	140	89,31	100	63,79
Чай с сахаром	200	58	180	52,22
Хлеб пшеничный в/сорт	32	79,56	32	79,56