

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ № 62 О.М.Марьина

**МЕНЮ на 24 октября 2024г**

9-й день циклического меню

| Наименование                            | Выход в граммах       | Энергетическая ценность (ккал) | Выход в граммах        | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|-----------------------|--------------------------------|------------------------|--------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                          | <b>Сад 10,5 часов</b> |                                | <b>Ясли 10,5 часов</b> |                                |
| Каша пшенная молочная                   | 180                   | 92                             | 150                    | 76,66                          |
| 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                          |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                   |                       |                                |                        |                                |
| Кисломолочный напиток "Снежок"          | 165                   | 50,42                          | 160                    | 36,4                           |
| <b>ОБЕД</b>                             |                       |                                |                        |                                |
| Морковь тушеная                         | 30                    | 12,4                           | 25                     | 10,33                          |
| Рассольник на м/б (свинина) со сметаной | 180                   | 116,84                         | 180                    | 116,84                         |
| Гуляш из отварной свинины               | 50                    | 78,25                          | 40                     | 62,6                           |
| Пюре гороховое                          | 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                         |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>              |                       |                                |                        |                                |
| Тефтели п/ф запеченные                  | 60                    | 123,4                          | 50                     | 102,83                         |
| Капуста тушеная                         | 120                   | 56,34                          | 100                    | 46,95                          |
| Чай с сахаром                           | 200                   | 58                             | 180                    | 52,22                          |
| Хлеб пшеничный в/сорт                   | 32                    | 79,56                          | 32                     | 79,56                          |