

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ № 62 О.М.Марьина



### МЕНЮ на 05 ноября 2024г

7-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 геркулесовая 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>				
Сок "Добрый" яблочный	150	50,42	150	50,42
<b>ОБЕД</b>				
Свекла тушеная	30	12,4	25	10,33
Суп "Дальневосточный" с яйцом со сметаной на м/б (говядина)	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	20	10,08
Компот из сухофруктов	200	27,2	180	24,48
Хлеб ржано-пшеничный	32	100,88	32	100,88
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>				
Огурец соленый	30	10,23	20	9,58
Овощное рагу с говядиной тушеной	50	56,34	40	46,95
Чай с лимоном	200	58	180	52,22
Хлеб пшеничный в/сорт	32	79,56	32	79,56