

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



## МЕНЮ на 12 ноября 2024

2-й день цикличного 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 овсяная молочная	180	92	180	76,66
Какао напиток со сгущенным молоком	180	58,61	180	58,61
Повидло фруктовое	8	92,1	8	92,1
Батон нарезной в/с	21	72,67	21	72,67
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Напиток из плодов шиповника	150	94,6	180	94,6
<b>ОБЕД</b>				
Морковь тушеная	30	23,4	25	20,83
Борщ с фасолью со сметаной на м/б(говядина)	200	129,82	180	116,84
Бефстроганов из печени говяжьей	60	127,18	50	105,98
Картофельное пюре	120	78,25	100	62,6
Компот из сухофруктов	200	77,72	180	69,95
Хлеб ржано-пшеничный	32	100,88	32	100,88
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>				
Тефтеля мясная п/ф запеченная	50	78,25	40	62,6
Каша перловая рассыпчатая	130	56,34	120	52,01
Соус белый	30	12,57	25	10,48
Хлеб пшеничный в/сорт	32	79,56	32	79,56