

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

МЕНЮ на 13 ноября 2024г

3-й день циклического меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша пшеничная молочная	180	92	150	76,66
Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	58,61	180	58,61
Масло сливочное	6	45,63	6	45,63
Батон нарезной в/сорт	21	72,67	21	72,67
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок "Добрый" яблочный	150	94,6	150	94,6
ОБЕД				
Свекла тушеная	30	12,4	25	10,33
Рассольник на м/б (свинина) со сметаной	180	116,84	180	116,84
Котлета мясная п/ф запеченая	50	78,25	40	62,6
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	120	58,32	100	48,6
Соус белый	30	12,1	25	10,08
Компот из свежемороженой ягоды(вишня)	200	27,2	180	24,48
Хлеб ржано-пшеничный	32	100,88	32	100,88
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Картофель тушеный по-домашнему с говядиной тушеной	120	56,34	100	46,95
Чай с лимоном	200	58	180	52,22
Хлеб пшеничный в/сорт	32	79,56	32	79,56