

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



МЕНЮ на 20 ноября 2024г

8-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 "Дружба" молочная	180	98,67	150	82,23
Какао со сгущенным молоком	180	58,61	180	58,61
Батон нарезной в/сорт	21	72,67	21	72,67
Повидло фруктовое (Абрикосы)	8	12,63	7	11,05
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Напиток из плодов шиповника	180	94,6	150	78,83
ОБЕД				
Огурец соленый	30	55,32	25	46,1
Суп на м/б(говядина) с гречневой крупой	180	116,84	180	116,84
Филе минтая припущенное с овощами	50	49,64	40	39,71
Картофельное пюре	120	52,41	100	43,68
Компот из с/зам ягоды	200	27,2	180	24,48
Хлеб ржано-пшеничный	32	100,88	32	100,88
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Тефтели мясные п/ф запеченные	120	46,9	100	39,08
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	140	57,13	100	40,92
Чай с сахаром	200	58	180	52,22
Хлеб пшеничный в/сорт	32	79,56	32	79,56