

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

### МЕНЮ на 13 декабря 2024г

5-й день цикличного меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Количество детей</b>	<b>76</b>		<b>7</b>	

#### ЗАВТРАК

Каша геркулесовая молочная	180	92	150	76,66
Какао со сгущенным молоком	200	58,61	180	58,61
Повидло фруктовое вишневое	10	45,63	10	45,63
Батон нарезной в/сорт	30	72,67	20	72,67

#### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисель плодово-ягодный	130	50,42	130	50,42
------------------------	-----	-------	-----	-------

#### ОБЕД

Морковь тушеная	30	14,56	20	12,13
Суп с макаронными изделиями на м/б (говядина)	200	87,6	180	87,6
Минтай тушеный с овощами	50	56,34	40	46,95
Каша перловая вязкая	120	79,8	100	66,5
Соус белый	30	12,02	20	10,08
Компот из сухофруктов	200	53,72	180	48,35
Хлеб ржано-пшеничный	200	27,2	180	24,48

#### УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

Тефтеля мясная п/ф запеченная	60	123,4	50	102,83
Рагу овощное	130	271,9	100	226,58
Чай с сахаром	200	58	180	52,22
Хлеб пшеничный в/сорт	40	79,56	30	79,56