

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

МЕНЮ на 10 января 2025г

5-й день циклического меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	74		14	

ЗАВТРАК

Каша пшенная молочная	180	92	150	76,66
Какао-напиток со сгущенным молоком	200	58,61	180	58,61
Масло сливочное	6	43,31	6	43,31
Батон нарезной в/сорт	30	72,67	20	72,67

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Напиток из плодов шиповника	180	50,42	130	50,42
-----------------------------	-----	-------	-----	-------

ОБЕД

Огурец соленый	30	14,56	20	12,13
Свекольник на м/б(говядина) со сметаной	200	87,6	180	87,6
Котлета мясная п/ф запеченная	50	79,8	40	66,5
Картофельное пюре	130	53,72	100	48,35
Компот из сухофруктов	200	27,2	180	24,48
Хлеб ржано-пшеничный	32	100,88	32	100,88

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

Тефтели мясные п/ф запеченные	50	271,9	40	226,58
Каша гречневая вязкая	130	12,1	100	10,08
Соус белый	200	58	180	52,22
Чай с сахаром и лимоном	40	79,56	30	79,56
Хлеб пшеничный в/сорт				