

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

МЕНЮ на 14 января 2025г

7-й день цикличного меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	86		16	
Завтрак	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша геркулесовая молочная	180	92	150	76,66
Какао напиток со сгущенным молоком	180	58,61	180	58,61
Масло сливочное порциями	6	45,63	6	45,63
Батон нарезной в/сорт	21	72,67	21	72,67
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Кисель плодово-ягодный	180	60,5	150	50,42
ОБЕД				
Морковь тушеная	30	14,56	20	12,13
Суп Дальневосточный на м/б (свинина) с яйцом	200	116,84	180	116,84
Гуляш из отварной свинины	63	78,25	40	62,6
Каша пшенная рассыпчатая	120	58,32	100	48,6
Компот из сухофруктов	200	27,2	180	24,48
Хлеб ржано-пшеничный	32	100,88	32	100,88
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Рагу овощное с говядиной тушеной	130	56,34	100	46,95
Чай с сахаром и лимоном	200	58	180	52,22
Хлеб пшеничный в/сорт	32	79,56	32	79,56