

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

МЕНЮ на 22 января 2025г

3-й день циклического меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	90		11	
Завтрак	Сад 10,5 часов			
Каша пшенная молочная	180	92	150	76,66
Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	52,75	150	43,96
Повидло фруктовое вишневое	8	10,1	8	10,1
Батон нарезной в/сорт	20	69,21	20	69,21
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок фруктовый виноградный	150	84,08	130	72,86
ОБЕД				
Борщ на м/б(говядина) с фасолью со сметаной	180	105,16	150	87,6
Гуляш из отварной говядины	40	62,6	30	78,25
Гороховое пюре	120	58,32	100	46,95
Компот из сухофруктов	180	24,48	150	20,4
Хлеб ржано-пшеничный	35	110,25	25	78,75
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Макароны запеченные с сыром	120	56,34		
Икра кабачковая термически обработанная	30	28,29		
Чай с лимоном	180	26,29		
Хлеб пшеничный в/сорт	35	87,02		