

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ № 62 О.М.Марьина

МЕНЮ на 30 января 2025г

9-й день цикличного меню

| Наименование | Выход в граммах | Энергетическая ценность (ккал) | Выход в граммах | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|-----------------------|--------------------------------|------------------------|--------------------------------|
| Количество детей | 84 | | 10 | |
| Завтрак | Сад 10,5 часов | | Ясли 10,5 часов | |
| Каша овсяная молочная | 180 | 92 | 150 | 76,66 |
| Кофейный напиток на сгущенном молоке | 180 | 58,61 | 150 | 48,84 |
| Повидло земляничное | 8 | 28,87 | 8 | 28,87 |
| Батон нарезной в/сорт | 20 | 69,21 | 20 | 69,21 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | |
| Сок фруктовый вишневый | 140 | 33,97 | 140 | 33,97 |
| ОБЕД | | | | |
| Свекла тушеная | 30 | 12,3 | 20 | 8,2 |
| Суп крестьянский на м/б(свинина) со сметаной | 180 | 105,16 | 150 | 87,63 |
| Филе минтая тушеное с овощами | 50 | 86,73 | 40 | 70,1 |
| Картофельное пюре | 120 | 58,32 | 100 | 48,6 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 24,48 | 150 | 20,4 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 110,34 | 25 | 78,81 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | |
| Макароны запеченные с сыром | 120 | 58 | 100 | 52,22 |
| Чай с сахаром | 180 | 26,29 | 150 | 21,91 |
| Хлеб пшеничный в/сорт | 35 | 110,34 | 25 | 78,81 |