

"Утверждаю" \_\_\_\_\_

Заведующий МБДОУ № 62 О.М.Марьина

## МЕНЮ на 18 марта 2025г

2-й день циклического меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	86		6	
<b>Завтрак</b>	<b>Сад 10,5 часов</b>		<b>Ясли 10,5 часов</b>	
Каша овсяная молочная	180	92	180	76,66
Какао со сгущенным молоком	180	58,61	150	58,61
Батон нарезной в/с	25	72,67	20	72,67
Повидло яблочное	9	43,31	9	43,31
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Сок фруктовый виноградный	150	91,21	150	91,21
<b>ОБЕД</b>				
Морковь тушеная	30	23,4	20	15,6
Борщ с фасолью со сметаной на м/б (говядина)	180	129,82	150	116,84
Гуляш из отварной говядины	50	114	40	105,41
Каша перловая вязкая	120	195,11	100	167,4
Компот из сухофруктов	180	77,72	150	62,51
Хлеб ржано-пшеничный	35	116,64	25	87,25
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>				
Зеленый горошек термически обработанный	30	38,62	20	21,9
Омлет натуральный	120	221,94	100	200,5
Чай с сахаром	180	52	150	48,6
Хлеб пшеничный в/сорт	35	100,95	25	92,41