



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

МЕНЮ на 19 марта 2025г

3-й день циклического меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	86		5	
Завтрак	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша пшеничная молочная	180	90,1	150	85,1
Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	72,67	150	43,96
Масло сливочное Традиционное 82,5%	6	123	6	123
Батон нарезной в/сорт	20	105,63	20	105,63
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Напиток из плода шиповника	130	95,42	130	95,42
ОБЕД				
Свекла тушеная	30	86	20	65,3
Рассольник на м/б(говядина) со сметаной	180	116,84	150	100,14
Филе минтая тушеное с овощами	50	78,25	40	69,43
Картофельное пюре	120	49,64	100	45,12
Компот из сухофруктов	180	27,2	150	25,12
Хлеб ржано-пшеничный	35	100,88	25	95,52
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Котлета куриная п/ф запеченная	50	86	40	76,85
Каша гречневая вязкая	130	56,12	110	43,17
Соус белый	30	12,6	30	12,6
Чай с сахаром	180	26,29	150	21,91
Хлеб пшеничный в/сорт	35	87,02	25	62,16