

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

# МЕНЮ на 14 августа 2025г

9-й день циклического меню

| Наименование                                       | Выход в<br>граммах | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Выход в<br>граммах | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|----------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------|--------------------|--------------------------------------|
| Количество детей                                   | 40                 |                                      | 11                 |                                      |
| Завтрак                                            | Сад 10,5 часов     |                                      | Ясли 10,5 часов    |                                      |
| Каша манная молочная                               | 180                | 100                                  | 150                | 92                                   |
| Кофейный напиток со сгущенным молоком              | 180                | 61,2                                 | 150                | 45                                   |
| Масло сливочное Традиционное 82,5%                 | 6                  | 87,3                                 | 6                  | 87,3                                 |
| Батон нарезной в/сорт                              | 20                 | 69,21                                | 20                 | 69,21                                |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК                                     |                    |                                      |                    |                                      |
| Напиток виноградный                                | 130                | 68,4                                 | 130                | 68,4                                 |
| ОБЕД                                               |                    |                                      |                    |                                      |
| Морковь тушеная                                    | 30                 | 15,9                                 | 20                 | 10,84                                |
| Суп Дальневосточный с морской капустой со сметаной | 180                | 100,3                                | 150                | 94,29                                |
| Котлета Домашняя п/ф запеченная                    | 60                 | 104,12                               | 40                 | 50                                   |
| Рис отварной                                       | 120                | 61                                   | 100                | 54,08                                |
| Соус белый                                         | 40                 | 13,24                                | 30                 | 12,4                                 |
| Компот из сухофруктов                              | 180                | 24,48                                | 150                | 20,4                                 |
| Хлеб ржано-пшеничный                               | 35                 | 110,34                               | 25                 | 78,81                                |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК                                |                    |                                      |                    |                                      |
| Салат из белокочанной капусты                      | 40                 | 16                                   | 25                 | 14                                   |
| Картофель тушеный по-домашнему с говядиной тушеной | 120                | 87,6                                 | 100                | 56,4                                 |
| Чай с сахаром                                      | 180                | 26,29                                | 150                | 21,91                                |
| Хлеб пшеничный в/сорт                              | 35                 | 110,34                               | 25                 | 78,81                                |