

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



# МЕНЮ на 21 августа 2025г

4-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                           | 41                 |                                      | 16                 |                                      |
| <b>ЗАВТРАК</b>                             | Сад 10,5 часов     |                                      | Ясли 10,5 часов    |                                      |
| Каша манная молочная с<br>маслом сливочным | 180                | 97,58                                | 150                | 81,32                                |
| Какао со сгущенным молоком                 | 180                | 58,61                                | 150                | 48,84                                |
| Батон нарезной в/сорт                      | 20                 | 41,92                                | 20                 | 41,92                                |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                      |                    |                                      |                    |                                      |
| Кисель плодово-ягодный                     | 130                | 95,42                                | 130                | 95,42                                |
| <b>ОБЕД</b>                                |                    |                                      |                    |                                      |
| Суп гречневый с говядиной<br>тушеной       | 180                | 193,34                               | 150                | 161,12                               |
| Тефтели п/ф запеченные                     | 50                 | 88,72                                | 40                 | 70,98                                |
| Капуста тушеная                            | 120                | 38,72                                | 100                | 32,27                                |
| Компот из сухофруктов                      | 180                | 24,48                                | 150                | 20,4                                 |
| Хлеб ржано-пшеничный                       | 35                 | 110,34                               | 25                 | 78,81                                |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                 |                    |                                      |                    |                                      |
| Огурец соленый                             | 30                 | 12,02                                | 20                 | 10,12                                |
| Картофель тушеный                          | 120                | 66,15                                | 100                | 55,12                                |
| Чай с сахаром                              | 180                | 29,29                                | 150                | 21,91                                |
| Хлеб пшеничный в/сорт                      | 35                 | 87,02                                | 25                 | 62,16                                |