

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

МЕНЮ на 16 октября 2025г

4-й день цикличного меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	70		12	
ЗАВТРАК	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	97,58	150	81,32
Повидло фруктовое	6	8,2	6	8,2
Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	58,61	150	48,84
Батон нарезной в/сорт	20	41,92	20	41,92
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Напиток из плодов шиповника	130	95,42	130	95,42
ОБЕД				
Суп Дальневосточный на м/б (свинина)	180	193,34	150	161,12
Гуляш из отварной свинины	50	88,72	40	70,98
Каша перловая вязкая	120	38,72	100	32,27
Компот из сухофруктов	180	24,48	150	20,4
Хлеб ржано-пшеничный	35	110,34	25	78,81
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Голубцы "Ленивые" п/ф запеченные	50	88,72	40	70,98
Картофельное пюре	120	66,15	100	55,12
Соус белый основной	30	12,3	25	10,06
Чай с сахаром	180	29,29	150	21,91
Хлеб пшеничный в/сорт	35	87,02	25	62,16