

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

# МЕНЮ на 29 октября 2025г

2-й день циклического меню

| Наименование                                          | Выход в граммах       | Энергетическая ценность (ккал) | Выход в граммах        | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------|------------------------|--------------------------------|
| Количество детей                                      | 70                    |                                | 17                     |                                |
| <b>Завтрак</b>                                        | <b>Сад 10,5 часов</b> |                                | <b>Ясли 10,5 часов</b> |                                |
| Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным             | 180                   | 92                             | 180                    | 76,66                          |
| Какао со сгущенным молоком                            | 180                   | 58,61                          | 150                    | 58,61                          |
| Повидло фруктовое                                     | 8                     | 12,3                           | 8                      | 10,93                          |
| Батон нарезной в/с                                    | 20                    | 72,67                          | 20                     | 72,67                          |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                                 |                       |                                |                        |                                |
| Напиток яблочный                                      | 130                   | 91,21                          | 130                    | 91,21                          |
| <b>ОБЕД</b>                                           |                       |                                |                        |                                |
| Свекольник с говядиной тушеной со сметаной            | 180                   | 129,82                         | 150                    | 116,84                         |
| Филе минтая припущенное с овощами                     | 50                    | 67,45                          | 50                     | 49,64                          |
| Рис отварной                                          | 120                   | 114                            | 100                    | 105,41                         |
| Компот из сухофруктов                                 | 180                   | 77,72                          | 150                    | 62,51                          |
| Хлеб ржано-пшеничный                                  | 35                    | 116,64                         | 25                     | 87,25                          |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                            |                       |                                |                        |                                |
| Вареники с картофелем п/ф отварные с маслом сливочным | 50                    | 79,28                          | 40                     | 73                             |
| Чай с сахаром                                         | 180                   | 52                             | 150                    | 48,6                           |
| Хлеб пшеничный в/сорт                                 | 35                    | 100,95                         | 25                     | 92,41                          |