

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

МЕНЮ на 12 декабря 2025г

5-й день циклического меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Количество детей	72		27	
ЗАВТРАК				
Каша пшенная молочная со сливочным маслом	180	92	150	76,66
Какао со сгущенным молоком	180	58,61	150	48,84
Повидло фруктовое	6	12,3	6	12,3
Батон нарезной в/сорт	25	69,21	20	69,21
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Напиток из плодов шиповника	130	23,13	130	23,13
Печенье сахарное в/сорт	10	40,7	10	40,7
ОБЕД				
Рассольник со сметаной на м/б(говядина)	180	87,6	150	87,6
Котлета куриная п/ф запеченная	50	79,8	40	73
Макароны отварные	120	58,02	100	48,35
Соус белый основной	30	12,3	25	10,06
Компот из сухофруктов	180	24,48	150	20,4
Хлеб ржано-пшеничный	35	110,34	25	78,81
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Сельдь с маслом растительным, луком и зеленым горошком	40	23,6	30	17,7
Картофель тушеный по-домашнему с овощами	120	81,6	100	68
Чай с сахаром и лимоном	180	26,29	150	21,91
Хлеб пшеничный в/сорт	35	92,82	25	66,3