

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

МЕНЮ на 12 января 2026г

8-й день циклического меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	50		20	
Завтрак	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	98,67	150	82,23
Какао со сгущенным молоком	180	58,61	150	48,84
Батон нарезной в/сорт	20	69,21	20	69,21
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Напиток из плодов шиповника	130	81,42	130	81,42
ОБЕД				
Суп гречневый на м/б (*свинина)	180	120,15	150	23,2
Филе минтая припущенное с овощами	50	67,45	40	49,64
Картофельное пюре	120	114	100	105,41
Компот из сухофруктов	180	31,4	150	27,2
Хлеб ржано-пшеничный	35	100,88	25	72,05
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Вареники с картофелем с маслом сливочным	120	47,7	100	44,75
Чай с сахаром	180	63,8	150	58
Хлеб пшеничный в/сорт	35	79,56	25	56,83