

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

Меню на 19 января 2026г

1-й день цикличного меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей		42		22
Завтрак	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша манная молочная со сливочным маслом	180	92	150	76,66
Какао со сгущенным молоком	180	58,61	150	58,61
Масло сливочное 82,5%	6	14,35	6	14,35
Батон нарезной в/сорт	20	72,67	20	72,67
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Напиток из плодов шиповника	130	50,42	130	47,06
Печенье сахарное	10	13,2	10	13,2
ОБЕД				
Суп гороховый с гренками на м/б (свинина)	180	134,75	150	97,37
Плов из отварной свинины	130	88,72	110	70,98
Компот из сухофруктов	180	27,2	150	24,48
Хлеб ржано-пшеничный	35	100,88	25	81,79
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Рагу овощное с говядиной тушеной	120	24,96	100	24,96
Чай с сахаром	180	62,3	150	41,29
Хлеб пшеничный в/сорт	35	91,98	25	74,58