

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

МЕНЮ на 20 января 2026г
2-й день циклического меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	74		31	
Завтрак	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	180	218	150	181,6
Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	72,67	150	43,96
Повидло фруктовое	6	12,3	5	12,3
Батон нарезной в/сорт	25	105,63	20	105,63
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Напиток яблочный	130	95,42	130	95,42
ОБЕД				
Рассольник на м/б(говядина) со сметаной	180	116,84	150	100,14
Филе минтая припущенное с овощами	50	78,25	40	62,6
Пюре картофельное	120	49,64	100	45,12
Компот из сухофруктов	180	27,2	150	25,12
Хлеб ржано-пшеничный	35	100,88	25	95,52
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Котлета куриная п/ф запеченная	120	78,25	100	73,99
Каша гречневая рассыпчатая	120	88,72	100	
Соус белый основной	30	12,13	20	10,2
Чай с сахаром	180	26,29	155	21,91
Хлеб пшеничный в/сорт	35	87,02	25	62,16