

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

МЕНЮ на 22 января 2026г

4-й день циклического меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	72		27	
ЗАВТРАК	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	97,58	150	81,32
Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	58,61	150	48,84
Повидло фруктовое	9	12,13	9	12,13
Батон нарезной в/сорт	20	41,92	20	41,92
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Кисель плодово-ягодный	130	95,42	130	95,42
ОБЕД				
Суп гречневый на м/б (говядина)	180	193,34	150	161,12
Бефстроганов из печени говяжьей	50	88,72	40	70,98
Рис отварной	120	38,72	100	32,27
Компот из сухофруктов	180	24,48	150	20,4
Хлеб ржано-пшеничный	35	110,34	25	78,81
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Пельмени рыбные с маслом сливочным	120	88,72	100	70,98
Чай с сахаром	180	29,29	150	21,91
Хлеб пшеничный в/сорт	35	87,02	25	62,16