

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

МЕНЮ на 23 января 2026г
5-й день циклического меню

	Э-и 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	22		22	
ЗАВТРАК				
Каша пшенная молочная со сливочным малом	180	92	150	76,66
Какао со сгущенным молоком	180	58,61	150	48,84
Масло сливочное 82,5%	6	12,3	6	12,3
Батон нарезной в/сорт	20	69,21	20	69,21
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Напиток яблочный	130	23,13	130	23,13
ОБЕД				
Свекольник со сметаной на м/б (говядина)	180	87,6	150	87,6
Котлета мясная п/ф запеченная	50	79,8	40	63,84
Макароны отварные	120	58,02	100	48,35
Компот из сухофруктов	180	24,48	150	20,4
Хлеб ржано-пшеничный	35	110,34	25	78,81
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Сельдь с маслом растительным и луком	40	23,6	30	17,7
Картофель по-домашнему с овощами	120	81,6	100	68
Чай с сахаром	180	26,29	150	21,91
Хлеб пшеничный в/сорт	35	92,82	25	66,3