

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ №62 О.М.Марьина

МЕНЮ на 13 марта 2026г

9-й день цикличного меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	75		23	
Завтрак	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша манная молочная со сливочным маслом	180	100	150	92
Повидло фруктовое	9	12,3	7	10,5
Какао со сгущенным молоком	180	61,2	150	45
Батон нарезной в/сорт	25	69,21	20	69,21
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок фруктовый	130	68,4	130	63,5
ОБЕД				
Суп крестьянский со сметаной на м/б (говядина)	180	100,3	150	94,29
Гуляш из отварной говядины	50	104,12	40	83,3
Пюре гороховое	120	58,02	100	48,35
Компот из сухофруктов	120	61	100	54,08
Хлеб ржано-пшеничный	180	24,48	150	20,4
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Икра кабачковая термически обработанная	30	12,13	20	10,12
Манароны отварные с маслом сливочным	120	79,28	100	73
Чай с сахаром и лимоном	180	29,29	150	21,91
Хлеб пшеничный в/сорт	35	110,34	25	78,81