

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

МЕНЮ на 19 марта 2026г

4-й день цикличного меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	69		24	
ЗАВТРАК	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша манная молочная со сливочным маслом	180	97,58	150	81,32
Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	58,61	150	48,84
Повидло фруктовое	6	12,13	6	12,13
Батон нарезной в/сорт	25	41,92	20	41,92
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Кисель плодово-ягодный	130	95,42	130	95,42
ОБЕД				
Суп Дальневосточный с морской капустой на м/б (говядина) <i>с яйцом</i>	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				
Солянка сборная с говядиной тушеной	120	88,72	100	70,98
Чай с сахаром и лимоном	180	29,29	150	21,91
Хлеб пшеничный в/сорт	35	87,02	25	62,16