

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



Меню на 30 марта 2026г

1-й день цикличного меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	74		29	
Завтрак	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Суп с макаронными изделиями молочный со сливочным маслом	180	92	150	76,66
Какао со гущеным молоком	180	58,61	150	58,61
Батон нарезной в/сорт	25	72,67	20	72,67
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Печенье сахарное	24	12,13	10	10,12
Напиток из плодов шиповника	130	50,42	130	47,06
ОБЕД				
Суп гороховый с гречками на м/б (свинина)	180	134,75	150	97,37
Плов из отварной свинины	120	88,72	100	70,98
Компот из сухофруктов	180	27,2	150	24,48
Хлеб ржано-пшеничный	35	100,88	25	81,79
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Рагу овощное с говядиной тушеной	130	157	110	127
Чай с сахаром	180	62,3	150	41,29
Хлеб пшеничный в/сорт	35	91,98	25	74,58