

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

МЕНЮ на 10 июля 2026г

5-й день циклического меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	38		30	
Завтрак	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
Каша пшенная молочная со сливочным маслом	180	92	150	76,66
Какао со сгущенным молоком	180	58,61	150	58,61
Масло сливочное Традиционное 82,5	6		6	
Батон нарезной в/с	25	72,67	20	72,67
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок виноградный	120	12,13	120	12,13
ОБЕД				
Морковь тушеная	30	10,12	20	9,6
Свекольник на м/б(Свинина) со сметаной	180	87,6	150	87,6
Котлета куриная Домашняя п/ф запеченная	90	79,8	45	79,8
Макароны отварные	120	58,02	100	48,35
Соус белый основной	30		20	
Компот из сухофруктов	180	77,72	150	62,51
Хлеб ржано-пшеничный	35	116,64	25	87,25
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Сельдь с луком ,маслом растительным и консервированным горошком	40	76,6	30	63,8
Картофель тушеный по-домашнему	120		100	
Чай с сахаром	180	52	150	48,6
Хлеб пшеничный в/сорт	35	100,95	25	92,41