

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ 62 О.М.Марьина

МЕНЮ на 16 июля 2026г

9-й день циклического меню

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Количество детей	Сад 10,5 часов		Ясли 10,5 часов	
ЗАВТРАК	37		26	
Каша манная молочная со сливочным маслом	180	100	150	92
Какао со сгущенным молоком	180	61,2	150	45
Масло сливочное 82,5% порциями	12	12,3	10	10,5
Батон нарезной в/сорт	25	69,21	20	69,21
Кисель плодово-ягодный	120	68,4	120	68,4
ОБЕД				
Щи со свежей капустой на мясном бульоне (п/ф, говядина)	180	100,3	150	94,29
Гуляш из отварной говядины	75	104,12	40	69,4
Пюре гороховое	120	58,02	100	48,35
Компот из сухофруктов	180	61	150	54,08
Хлеб ржано-пшеничный	35	24,48	27	20,4
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Рагу овощное с говядиной тушеной	120	43,15	100	35,96
Чай с сахаром и лимоном	180	29,29	150	21,91
Хлеб пшеничный в/сорт	35	110,34	25	78,81