



" Утверждаю"
Заведующий МБДОУ "ЦРР -
детский сад № 18" г. Петушки
Е.Г. Грахольская

**Меню
на 03 Октября 2025 г**

ЗАВТРАК				
	ЯСЛИ	Ккал	САД	Ккал
Каша гречневая молочная	150	164,2	200	218,9
Кофейный напиток с молоком	170	98,83	180	104,6
Хлеб пшеничный с маслом слив.	20/5	77,1	30/6	104,6
Печенье	10	31,2	20	74,1
Итого за завтрак		371,33		502,2
2-ЗАВТРАК				
Сок фруктовый	110	57,2	110	57,2
Итого за 2-завтрак		57,2		57,2
ОБЕД				
Борщ с мясом и сметаной	150	141	200	200,6
Котлета мясная	50	147,5	60	177
Рожки отварные с маслом	110	167,36	130	197,73
Хлеб ржаной	38	57,8	48	72,8
Компот из сухофруктов	150	28,7	180	34,4
Итого за обед		542,36		682,53
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Рыба под омлетом	150	320	180	384
Салат из свежих огурцов	30	11	30	11
Хлеб пшеничный	21	40,8	27	54,5
Чай	180	33,61	200	37,34
Яблоко	100	47	100	47
Итого за уплотненный полдник		452,41		533,84
ВСЕГО		1423,3		1775,8

