



" Утверждаю"

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

**Меню
на 10 октября 2025 г**

ЗАВТРАК				
	ЯСЛИ	Ккал	САД	Ккал
Каша гречневая молочная	150	164,2	200	218,9
Кофейный напиток с молоком	150	87,2	180	104,6
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	20/5/9	113,4	30/6/12	145,3
Печенье	10	31,2	20	62,4
Итого за завтрак		396		531,2
2-ЗАВТРАК				
Сок	100	53	100	53
Итого за 2-завтрак		53		53
ОБЕД				
Свекольник с мясом и сметаной	150	141	200	188
Котлета рыбная	60	101,9	70	118,9
Рожки отварные с маслом	110	167,36	130	197,73
Хлеб ржаной	39	56,3	48	59,1
Хлеб пшеничный	20	41,8	27	52,6
Компот из сухофруктов	150	28,7	180	34,4
Итого за обед		537,1		650,7
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Омлет	100	207,6	110	228,3
Пирог с капустой	70	186,38	80	213
Чай	150	28	180	33,6
Яблоко	100	48	100	48
Итого за уплотненный полдник		469,98		522,9
ВСЕГО		1456		1757,8