



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

**Меню
на 14 Января 2026 г**

ЗАВТРАК				
	ЯСЛИ	Ккал	САД	Ккал
Каша пшенная молочная	150	220,2	200	293,6
Кофейный напиток с молоком	175	98,83	180	104,6
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	20/5	77,1	30/6	104,6
Итого за завтрак	350	396,1	416	502,8
2-ЗАВТРАК				
Яблоко	100	52	100	52
Итого за 2-завтрак	100	52	100	52
ОБЕД				
Щи на к/б со сметаной	150	134,7	200	179,6
Котлета куриная	60	178,9	70	208,7
Рожки отварные с маслом	110	195,33	130	230,9
Икра кабачковая	40	49,1	50	61,3
Хлеб ржаной	38	56,3	48	71,2
Компот из сухофруктов	150	28,7	180	34,4
Итого за обед	548	643	678	786,1
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Винигрет	160	198,4	180	220,6
Хлеб пшеничный	30	39,1	30	39,1
Сельдь	40	58	50	72,5
Чай	170	31,74	200	37,34
Итого за уплотненный полдник	400	327,24	460	369,5
ВСЕГО		1418		1710

