



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

**Меню
на 19 Января 2026 г**

ЗАВТРАК				
	ЯСЛИ	Ккал	САД	Ккал
Отварные рожки с маслом сливочным, сыром	110/10	147	150/14	273,4
Кофейный напиток с молоком	200	116,2	200	116,24
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	25/5	77,1	30/6	104,6
Итого за завтрак	350	340,3	400	494,2
2-ЗАВТРАК				
Яблоко	110	57,2	110	57,2
Итого за 2-завтрак	110	57,2	110	57,2
ОБЕД				
Суп "крестьянский" на м/б со сметаной	150	155,4	200	252,94
Гуляш	60	126	80	168
Картофельное пюре	110	169,9	130	200,1
Хлеб ржаной	38	59,3	48	74,3
Хлеб пшеничный	21	39,1	27	55
Компот из сухофруктов	150	28,7	180	34,4
Итого за обед	529	578,4	665	784,7
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Салат морковный	80	84,56	90	95,13
Оладьи с повидлом	110/30	289,3	130/30	334,2
Молоко	180	97,2	200	108
Итого за уплотненный полдник	400	471,1	450	537,3
ВСЕГО		1447		1873,5