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

Меню
на 20 Февраля 2026 г

ЗАВТРАК				
	ЯСЛИ	***Ккал***	***САД***	***Ккал***
Каша гречневая молочная	150	164,2	200	218,9
Кофейный напиток с молоком	160	98,83	180	104,6
Хлеб пшеничный с маслом слив.	25/5	77,1	30/6	104,6
Печенье	10	31,2	20	74,1
Итого за завтрак	***350***	***371,33***	***436***	***502,2***
2-ЗАВТРАК				
Сок фруктовый	110	57,2	110	57,2
Итого за 2-завтрак	**110**	***57,2***	***110***	***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	***498***	***542,36***	***618***	***682,53***
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Рыба под омлетом	150	320	180	384
Салат из моркови с чесноком	30	15	40	20
Хлеб пшеничный	21	40,8	27	54,5
Чай	150	28,01	180	33,62
Яблоко	100	47	100	47
Итого за уплотненный полдник	**451**	**450,81**	**527**	**539,12**
ВСЕГО		**1421,7**		**1781,1**