



" Утверждаю"

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

**Меню  
на 20 октября 2025 г**

| ЗАВТРАК                               |        |               |         |               |
|---------------------------------------|--------|---------------|---------|---------------|
|                                       | ЯСЛИ   | Ккал          | САД     | Ккал          |
| Каша манная молочная                  | 150    | 227,5         | 200     | 303,3         |
| Кофейный напиток с<br>молоком         | 150    | 123,5         | 180     | 102,2         |
| хлеб пшеничный с маслом,<br>сыром     | 20/5/7 | 102,5         | 30/6/10 | 144,5         |
| Печенье                               | 10     | 35,1          | 20      | 74,1          |
| <b>Итого за завтрак</b>               |        | <b>488,6</b>  |         | <b>624,1</b>  |
| 2-ЗАВТРАК                             |        |               |         |               |
| Яблоко                                | 110    | 52            | 110     | 52            |
| <b>Итого за 2-завтрак</b>             |        | <b>52</b>     |         | <b>52</b>     |
| ОБЕД                                  |        |               |         |               |
| Суп "Весенний" с мясом и<br>сметаной  | 150    | 159,9         | 200     | 213,2         |
| Биточки мясные                        | 60     | 177           | 70      | 206,5         |
| Гречка отварная с маслом<br>сливочным | 110    | 143,5         | 130     | 205           |
| Хлеб ржаной                           | 38     | 56,3          | 48      | 71,2          |
| Компот из сухофруктов                 | 150    | 28,7          | 180     | 34,4          |
| <b>Итого за обед</b>                  |        | <b>565,4</b>  |         | <b>730,3</b>  |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК                   |        |               |         |               |
| Овощное рагу                          | 150    | 117,75        | 180     | 141,3         |
| Хлеб пшеничный                        | 20     | 40,3          | 30      | 54,6          |
| Плюшка                                | 50     | 167           | 60      | 208,8         |
| Чай                                   | 180    | 33,6          | 180     | 33,6          |
| <b>Итого за уплотненный полдник</b>   |        | <b>358,65</b> |         | <b>438,3</b>  |
|                                       |        |               |         |               |
| <b>ВСЕГО</b>                          |        | <b>1464,7</b> |         | <b>1844,7</b> |