



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

**Меню
на 21 Января 2026 г**

ЗАВТРАК				
	ЯСЛИ	Ккал	САД	Ккал
Каша геркулесовая молочная	150	148	200	197,3
Кофейный напиток с молоком	160	98,83	180	104,6
Хлеб пшеничный с маслом слив.	25/5	77,1	30/6	104,6
Вафли	15	75	27	131
Итого за завтрак	355	398,9	443	537,5
2-ЗАВТРАК				
Сок яблочный	100	52	100	52
Итого за 2-завтрак	100	52	100	52
ОБЕД				
Суп картофельный с клецками на к/б	150	196,2	200	276
Суфле куриное	60	143,88	80	195,3
Гречка с маслом сливочным	110	225,5	130	266,5
Икра кабачковая	40	49,1	50	61,3
Хлеб ржаной	38	55,1	48	71,2
Компот из сухофруктов	150	28,7	180	34,4
Итого за обед	548	698,5	688	904,7
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Котлета рыбная	60	101,9	80	118,9
Отварной рис с маслом сливочным	110	221,26	140	239,26
Хлеб пшеничный	30	55,86	30	55,86
чай	200	37,34	200	37,34
Итого за уплотненный полдник	400	416,36	450	451,36
ВСЕГО		1565,8		1945,6

