



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

**Меню
на 24 марта 2026 г**

| ЗАВТРАК | | | | |
|-------------------------------------|-------------|---------------|------------|---------------|
| | ЯСЛИ | Ккал | САД | Ккал |
| Каша пшеничная молочная | 150 | 220,2 | 200 | 293,6 |
| Какао с молоком | 160 | 85,2 | 180 | 113,6 |
| Хлеб пшеничный с маслом | 20/5 | 77,1 | 30/6 | 104,6 |
| Печенье | 10 | 31,2 | 20 | 62,4 |
| Итого за завтрак | 350 | 413,7 | 436 | 574,2 |
| 2-ЗАВТРАК | | | | |
| Сок | 100 | 52 | 100 | 52 |
| Итого за 2-завтрак | | 52 | | 52 |
| ОБЕД | | | | |
| Рассольник с мясом и сметаной | 150 | 153 | 200 | 204 |
| Котлета мясная | 50 | 147,5 | 70 | 206,5 |
| Гречка с маслом сливочным | 110 | 225,1 | 130 | 266 |
| Салат из моркови с чесноком | 40 | 20 | 50 | 25 |
| Хлеб ржаной | 39 | 56,3 | 48 | 59,1 |
| Хлеб пшеничный | 21 | 41,8 | 27 | 52,6 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 28,7 | 180 | 34,4 |
| Итого за обед | 560 | 672,4 | 705 | 847,6 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | |
| Яйцо вареное | 50 | 73 | 50 | 73 |
| Суфле творожное | 100 | 169,8 | 120 | 203,8 |
| Снежок | 150 | 79,8 | 180 | 96,9 |
| Яблоко | 100 | 52 | 100 | 52 |
| Итого за уплотненный полдник | 400 | 374,6 | 450 | 425,7 |
| ВСЕГО | | 1512,7 | | 1899,5 |