



"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ "ЦПР -
детский сад № 18" г. Петушки

Е.Г. Грахольская

**Меню
на 26 Января 2026 г**

ЗАВТРАК				
	ЯСЛИ	Ккал	САД	Ккал
Каша манная молочная	150	227,5	200	303,3
Кофейный напиток с молоком	160	93,02	180	104,6
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	0/5/10	113,4	30/6/12	155,38
Печенье	10	31,2	20	78
Итого за завтрак	355	433,92	448	641,3
2-ЗАВТРАК				
Яблоко	110	57,2	110	57,2
Итого за 2-завтрак	110	57,2	110	57,2
ОБЕД				
Суп картофельный на м/б	150	88,2	200	117,6
Плов с мясом	150	259,2	180	311,4
Икра кабачковая	40	49,1	50	61,3
Хлеб ржаной	39	56,3	48	70,4
Компот из сухофруктов	150	28,7	180	34,4
Итого за обед	529	481,5	658	595,1
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Овощное рагу	150	117,75	180	212,04
Хлеб пшеничный	20	40,3	30	54,6
Булочка домашняя	50	214,17	60	257
Чай	180	33,61	200	37,34
Итого за уплотненный полдник	400	405,83	470	560,98
ВСЕГО		1378,5		1854,6