



"Утверждаю"

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

**Меню  
на 26 Декабря 2025 г**

| <b>ЗАВТРАК</b>                      |             |               |            |               |
|-------------------------------------|-------------|---------------|------------|---------------|
|                                     | <b>ЯСЛИ</b> | <b>Ккал</b>   | <b>САД</b> | <b>Ккал</b>   |
| Каша гречневая молочная             | 150         | 164,2         | 200        | 218,9         |
| Кофеинный напиток с молоком         | 170         | 98,83         | 180        | 104,6         |
| Хлеб пшеничный с маслом<br>слив.    | 25/5        | 77,1          | 30/6       | 104,6         |
| Печенье                             | 10          | 31,2          | 20         | 74,1          |
| <b>Итого за завтрак</b>             |             | <b>371,33</b> |            | <b>502,2</b>  |
| <b>2-ЗАВТРАК</b>                    |             |               |            |               |
| Сок фруктовый                       | 110         | 57,2          | 110        | 57,2          |
| <b>Итого за 2-завтрак</b>           | <b>110</b>  | <b>57,2</b>   | <b>110</b> | <b>57,2</b>   |
| <b>ОБЕД</b>                         |             |               |            |               |
| 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          |
| <b>Итого за обед</b>                | <b>498</b>  | <b>542,36</b> | <b>618</b> | <b>682,53</b> |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>          |             |               |            |               |
| 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            |
| <b>Итого за уплотненный полдник</b> | <b>451</b>  | <b>450,81</b> | <b>527</b> | <b>539,12</b> |
| <b>ВСЕГО</b>                        |             | <b>1421,7</b> |            | <b>1781,1</b> |

