



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

**Меню
на 28 Января 2026 г**

ЗАВТРАК				
	ЯСЛИ	Ккал	САД	Ккал
Каша геркулесовая молочная	150	148	200	197,3
Кофейный напиток с молоком	160	93,02	180	104,6
Хлеб пшеничный с маслом слив.	20/5	77,1	30/6	104,6
Вафли	15	75	27	131
Итого за завтрак	350	393,1	443	537,5
2-ЗАВТРАК				
Сок	100	52	100	52
Итого за 2-завтрак		52		52
ОБЕД				
Суп гороховый на к/б	150	198,8	200	242,4
Котлета куриная	60	178,9	70	208,7
Капуста тушеная	110	102,3	130	133
Хлеб ржаной	38	57,8	48	72,8
Гренки пшеничные	15	41,8	25	55,7
Компот из сухофруктов	150	28,7	180	34,4
Итого за обед	523	608,3	653	747
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Салат из свеклы с чесноком	40	40,32	50	50,4
Рыба под омлетом	150	320	180	384
Хлеб пшеничный	20	41,8	30	52,6
чай	190	33,6	200	37,3
Итого за уплотненный полдник	400	435,72	460	524,3
ВСЕГО		1489,1		1860,8

