



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

**Меню  
на 31 Марта 2026 г**

<b>ЗАВТРАК</b>				
	<b>ЯСЛИ</b>	<b>Ккал</b>	<b>САД</b>	<b>Ккал</b>
Каша пшенная молочная	150	220	200	293,6
Какао с молоком	180	102,2	180	102,2
хлеб пшеничный с маслом слив., сыром	25/5/10	102,5	30/6/13	132,5
Печенье	10	37,05	20	74,1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>355</b>	<b>425</b>	<b>416</b>	<b>602,4</b>
<b>2-ЗАВТРАК</b>				
Сок	100	52	100	52
<b>Итого за 2-завтрак</b>	<b>100</b>	<b>52</b>	<b>100</b>	<b>52</b>
<b>ОБЕД</b>				
Борщ с мясом и сметаной	150	141	200	188
Оладьи из печени	60	116,8	70	136,2
Картофельное пюре	110	161,2	130	188,2
Хлеб ржаной	38	57,8	48	72,8
Хлеб пшеничный	21	40,3	27	54,6
Компот из сухофруктов	150	28,7	180	34,4
<b>Итого за обед</b>	<b>569</b>	<b>546</b>	<b>705</b>	<b>674,2</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>				
Яйцо вареное	50	73	50	73
Пудинг творожный	130	222,3	160	259,4
Чай	150	33,6	180	37,34
Яблоко	110	55	110	55
<b>Итого за уплотненный полдник</b>	<b>440</b>	<b>383,9</b>	<b>500</b>	<b>424,7</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1406</b>		<b>1701</b>

