

Утверждено  
Директор МКДОУ «Улыбка» г.п. Чегем  
К.С.Дикинова



Ежедневное меню на 18.03.2026

(8)

| №                     | Наименование<br>блюда               | Масса<br>порции<br>(гр.) | Энергетическая ценность,<br>ккал |
|-----------------------|-------------------------------------|--------------------------|----------------------------------|
| <b>Завтрак</b>        |                                     |                          |                                  |
| 1                     | Суп пшеничный<br>молочный           | 180                      | 156,00                           |
| 2                     | Чай с сахаром                       | 180                      | 50,4                             |
| 3                     | Хлеб пшеничный                      | 40                       | 82,6                             |
| Всего в завтрак:      |                                     | 400                      | 289                              |
| <b>Второй завтрак</b> |                                     |                          |                                  |
| Вафли                 |                                     | 40                       | 217,0                            |
| <b>Обед</b>           |                                     |                          |                                  |
| 1                     | Суп картофельный с<br>горохом       | 180                      | 101,9                            |
| 2                     | Гуляш говяжий, гарнир<br>(макароны) | 80<br>130                | 203,00<br>168,45                 |
| 3                     | Компот яблочный                     | 180                      | 87,8                             |
| 4                     | Хлеб пшеничный                      | 70                       | 158,90                           |
| Всего в обед:         |                                     | 640                      | 720,05                           |
| <b>Полдник</b>        |                                     |                          |                                  |
| 1                     | Отварные яйца                       | 1,40                     | 63,00                            |
| 2                     | Какао с молоком                     | 180                      | 107,0                            |
| 3                     | Хлеб пшеничный                      | 40                       | 82,6                             |
| Всего в полдник:      |                                     | 220                      | 262,0                            |
| Итого в день          |                                     |                          | 1,489,25                         |