

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



**Ежедневное меню на 19.03.2026**

№	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>			
1	Каша вязкая манная	180	194,00
2	Кофе с молоком	180	116,00
3	Хлеб пшеничный	40	82,6
Всего в завтрак:		400	392,6
<b>Второй завтрак</b>			
Печенье		35	125,1
<b>Обед</b>			
1	Борщ со сметанной	180	65,0
2	Плов с куриным мясом	200	377,00
3	Компот яблочный	180	87,8
4	Хлеб пшеничный	70	158,90
Всего в обед:		630	688,7
<b>Полдник</b>			
1	Булочки домашние	70	177,7
2	Чай с сахаром	180	50,4
Всего в полдник:		250	228,1
Итого в день			1,434,5