

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

Ежедневное меню на 28.04.2026 (7)

| №                     | Наименование<br>блюда                | Масса<br>порции<br>(гр.) | Энергетическая ценность,<br>ккал |
|-----------------------|--------------------------------------|--------------------------|----------------------------------|
| <b>Завтрак</b>        |                                      |                          |                                  |
| 1                     | Суп гречневый                        | 180                      | 156,00                           |
| 2                     | Чай с сахаром                        | 180                      | 50,4                             |
| 3                     | Хлеб пшеничный                       | 40                       | 82,6                             |
| Всего в завтрак:      |                                      | 400                      | 148,6                            |
| <b>Второй завтрак</b> |                                      |                          |                                  |
| Вафли                 |                                      | 40                       | 217,0                            |
| <b>Обед</b>           |                                      |                          |                                  |
| 1                     | Рассольник<br>«Ленинградский»        | 180                      | 145,0                            |
| 2                     | Рыба запеченная гарнир<br>(макароны) | 80<br>130                | 132,0<br>168,45                  |
| 3                     | Компот яблочный                      | 180                      | 87,8                             |
| 4                     | Хлеб пшеничный                       | 70                       | 158,90                           |
| Всего в обед:         |                                      | 640                      | 692,15                           |
| <b>Полдник</b>        |                                      |                          |                                  |
| 1                     | Каша перловая                        | 180                      | 164,0                            |
| 2                     | Кофе с молоком                       | 180                      | 116,00                           |
| 3                     | Хлеб пшеничный                       | 40                       | 82,6                             |
| Всего в полдник:      |                                      | 420                      | 526,6                            |
| Итого в день          |                                      |                          | 1,110,41                         |