

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ «Детский сад №40»  
\_\_\_\_\_Лутченко М.Е.

**Меню**  
**26 января 2026 года**  
**Сад**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки. г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Отварные рожки с кабачковой икрой	150/40	3,1	4,1	16,83	184,5
Кофейный напиток на молоке	200	4,4	5,1	14,7	116,5
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	35/5	2,6	11,4	18,5	120,7
Итого:	430	10,1	20,6	50	421,7
II завтрак					
-	-	-	-	-	-
Обед					
Суп картофельный с курицей	200	12,0	8,4	14,2	188,6
Котлета из индейки	70	14,0	14,9	15,3	232,6
Тушеная капуста	130	2,2	1,3	7,8	84,5
Компот из изюма	180	0,6	-	14,8	58,7
Хлеб ржаной	50	2,3	0,4	24,9	107,0
Итого:	630	31,1	25	77	671,4
Полдник					
Плюшка	60	4,2	6,18	37,9	188,9
Йогурт питьевой	170	8,5	4,2	5,8	115,0
Итого:	230	12,7	10,3	43,7	303,9
Ужин					
Каша рисовая молочная	200	6,3	7,0	32,0	217,5
Чай сладкий	200	-	-	7,9	29,9
Хлеб пшеничный	22	1,9	0,6	14,2	64,3
Итого:	422	8,2	7,6	54,1	311,7