

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ «Детский сад №40»  
Лутченко М.Е.

**Меню**  
**27 января 2026 год**  
**Сад**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки. г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Омлет, консервированный горошек	<b>150/40</b>	11,2	14,5	10,8	215,3
Какао на молоке	<b>200</b>	4,3	4,9	15,1	114,5
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	<b>35/5</b>	2,6	4,4	18,5	120,7
<b>Итого:</b>	<b>430</b>	<b>18,8</b>	<b>23,5</b>	<b>43,1</b>	<b>445,2</b>
<b>П завтрак</b>					
-	-	-	-	-	-
<b>Обед</b>					
Борщ на мясном бульоне	<b>200</b>	7,2	7,1	17,1	159,2
Плов с мясом	<b>180</b>	6,15	9,4	21,1	211,6
Компот из кураги	<b>180</b>	0,4	-	21,1	84,59
Хлеб ржаной	<b>50</b>	2,3	0,4	24,9	107,0
<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>25,3</b>	<b>15,9</b>	<b>84,9</b>	<b>604,5</b>
<b>Полдник</b>					
Пряник	<b>36</b>	2,5	3,2	23	134,6
Молоко	<b>130</b>	3,6	4,1	6,0	75,4
<b>Итого:</b>	<b>166</b>	<b>5,8</b>	<b>4,2</b>	<b>18,4</b>	<b>151</b>
<b>Ужин</b>					
Каша перловая с маслом	<b>200</b>	26,1	21	21,1	377,3
Чай сладкий	<b>200</b>	-	-	7,9	29,9
Хлеб пшеничный	<b>24</b>	1,9	0,6	32,1	64,3
<b>Итого:</b>	<b>424</b>	<b>28,0</b>	<b>21,6</b>	<b>66,1</b>	<b>231,5</b>