

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

**Меню**  
**28 января 2026 год**  
**Сад**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки. г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Запеканка творожная со сметанным соусом	160/30	27,5	22,1	22,4	406,6
Кофейный напиток	200	4,3	4,9	15,1	114,5
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	35/5	2,6	4,4	18,2	126,1
Сыр	14	3,8	3,8	-	57,6
Итого:	444	37,7	35,2	54,6	625,8
II завтрак					
Банан	130	1,95	-	29,1	118,3
Обед					
Рассольник с курицей	200	8,0	6,8	18,1	166,2
Свежий помидор	30	0,12	-	0,9	4,2
Гуляш куриный	60	9,1	3,5	1,2	73,1
Картофельное пюре	130	2,6	1.95	23,5	119,2
Компот из чернослива	180	0,6	-	14,8	58,7
Хлеб ржаной	45	1,7	0,2	19,4	84,4
Итого:	645	22,12	12,4	70,7	505,8
Полдник					
Пирог с мясом	70	4,6	3,0	8,6	185,6
Чай сладкий	200	-	-	8,0	29,9
Итого:	270	4,6	3,0	16,6	215,5
Ужин					
Каша пшеничная с маслом	200	9,8	2,2	72,9	301,4
Чай сладкий	200	-	-	8,0	29,9
Хлеб пшеничный	20	1,9	0,6	14,2	64,3
Итого:	420	11,7	2,8	95,1	395,6