

Утверждено
Приказом МАДОУ
«Детский сад № 200» г. Чебоксары
№ 41-0 от 27.02.2024

МЕНЮ

На «_____» 2024 г.

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша гречневая	130	150	103,8	116,32
Кофейный напиток	180	200	29,81	33,95
Батон	20	35	42,71	74,75
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
Второй завтрак				
Сок	100	100	42	42
Обед				
Салат из квашеной капусты	30	50	30,90	47,12
Суп гороховый на мясном бульоне	150	200	71,03	105,09
Пудинг из печени	50	70	99,38	105,09
Картофельное пюре	110	130	126,71	158,37
Напиток из свежих фруктов	150	200	34,15	45,53
Хлеб ржаной	40	50	66,16	82,7
Уплотненный полдник				
Вермишель в молоке	180	200	143,92	162,77
Напиток из сухофруктов	180	200	52,26	58,07
Батон	30	30	64,08	64,08
Печенье	20	20	83,42	83,42

Утверждено
Приказом МАДОУ
«Детский сад № 200» г. Чебоксары
№ 41-0 от 27.02.2024

МЕНЮ

На «_____» 2024 г.

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша пшеничная	150	160	148,3	148,3
Какао со сгущенным молоком	180	200	122,23	135,92
Батон	20	35	42,71	74,75
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
Второй завтрак				
Йогурт	100	100	56,7	56,7
Салат свекольный	30	50	29,55	46,12
Бульон куриный с гренками	150/5	200/8	72,37	86,47
Плов из отварной курицы	130	180	246,18	281,21
Компот фруктовый	150	200	43	44,87
Хлеб ржаной	40	50	66,16	82,7
Уплотненный полдник				
Макароны, яйцо вареное	127,4	147,4	202,97	225,14
Кисель	180	180	39,19	39,19
Батон	30	40	64,08	85,44
Яблоко	52,8	52,8	22,17	22,17

Утверждено
Приказом МАДОУ
«Детский сад № 200» г. Чебоксары
№ 41-0 от 27.02.2024

МЕНЮ

На «_____» 2024 г.

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша пшенная	150	200	142,46	186,28
Чай с молоком	180	200	96,64	106,33
Батон	20	40	42,72	85,44
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
Второй завтрак				
Ряженка	150	180	76,5	91,8
Обед				
Салат овощной	30	50	33,74	52,32
Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне	150	200	101,91	118,03
Жаркое по домашнему	130	150	208,72	240,83
Лимонный напиток	150	200	31,33	46,71
Хлеб ржаной	40	50	66,16	82,7
Уплотненный полдник				
Сырники творожные со сладкой подливой	130/20	150/20	296,37	358,66
Чай с соком	180	200	42,78	48,04
Батон	30	40	64,08	85,44

Утверждено
Приказом МАДОУ
«Детский сад № 200» г. Чебоксары
№ 41-0 от 27.02.2024

МЕНЮ

На «_____» 2024 г.

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша геркулесовая	150	200	143,02	184,93
Кофейный напиток с молоком	180	200	110,16	110,16
Батон	20	35	42,72	74,76
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
Второй завтрак				
Яблоко	95	100	39,9	42
Обед				
Салат из квашеной капусты	30	50	36,12	49,6
Борщ со сметаной на мясном бульоне	150	200	96,14	124,7
Котлета из говядины	50	70	122,13	184,9
Картофельное пюре	110	130	126,71	158,37
Фруктовый напиток	150	200	43	44,87
Хлеб ржаной	30	40	42,62	66,16
Уплотненный полдник				
Ежики рыбные со сметанной подливой	130/20	160/20	173,97	201,66
Компот из сухофруктов	180	200	91,8	100
Хлеб ржаной	30	30	33,08	42,62
Печенье	40	40	166,84	166,84

Утверждено
Приказом МАДОУ
«Детский сад № 200» г. Чебоксары
№ 41-0 от 27.02.2024

МЕНЮ

На «_____» 2024 г.

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша манная	150	200	130,34	160,79
Какао со сгущенным молоком	180	200	122,23	135,92
Батон	30	40	64,08	85,44
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
Второй завтрак				
Чай с лимоном	150	180	29,27	31,4
Обед				
Салат сезонный	30	50	24,31	40,52
Суп «Харчо» на курином бульоне	150	200	88,11	116,35
Шницель куриный	60	70	107,31	128
Макароны отварные	110	130	148,37	170,54
Компот из свежих фруктов	150	200	36,24	45,53
Хлеб ржаной	40	50	66,16	82,7
Уплотненный полдник				
Каша гречневая на молоке	180	210	219,66	249,20
Чай сладкий	180	200	20,71	23,3
Батон	40	40	85,44	85,44
Яблоко	52,8	52,8	22,17	22,17

Утверждено
Приказом МАДОУ
«Детский сад № 200» г. Чебоксары
№ 41-0 от 27.02.2024

МЕНЮ

На «_____» 2024 г.

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша пшеничная молочная	150	200	148,3	197,73
Чай с соком	180	200	42,78	48,04
Батон	35	40	74,75	85,44
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
Второй завтрак				
Сок	100	100	42	42
Обед				
Салат свекольный	30	50	25,17	39,3
Рассольник ленинградский на мясном бульоне	150	200	94,45	124,88
Котлета аппетитная	60	70	152,65	171,50
Сложный гарнир	70/80	80/100	135,28	190,77
Компот из свежих яблок	150	200	44,82	45,53
Хлеб ржаной	30	40	49,62	66,16
Уплотненный полдник				
Омлет	135	150	199,49	233,13
Батон	30	30	64,08	64,08
Кисель	150	180	39,19	39,19
Яблоко	52,8	52,8	22,17	22,17

Утверждено
Приказом МАДОУ
«Детский сад № 200» г. Чебоксары
№ 41-0 от 27.02.2024

МЕНЮ

На «_____» 2024 г.

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша рисовая	150	200	135,25	176,26
Какао со сгущенным молоком	180	200	122,23	135,92
Батон	20	40	42,72	85,44
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
Второй завтрак				
Ряженка	150	180	76,5	91,8
Обед				
Салат овощной	30	50	33,74	52,32
Свекольник на мясном бульоне	150	200	99,95	114,59
Котлеты рыбные любительские	60	70	65,35	71,97
Картофельное пюре	110	130	126,71	158,37
Напиток из свежих фруктов	150	200	34,15	54,16
Хлеб ржаной	30	40	49,62	66,16
Уплотненный полдник				
Пудинг творожный со сладким соусом	140/15	160/20	219,72/ 29,76	302,08/ 34,52
Компот из яблок с лимоном	180	200	91,8	103
Батон	30	30	64,08	64,08
Печенье	40	40	166,84	166,84

Утверждено
Приказом МАДОУ
«Детский сад № 200» г. Чебоксары
№ 41-0 от 27.02.2024

МЕНЮ

На «_____» 2024 г.

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша манная	150	200	130,34	160,79
Чай с молоком	180	200	96,64	106,33
Батон	20	40	42,72	85,44
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
Второй завтрак				
Яблоко	95	100	39,9	42
Обед				
Салат сезонный	30	50	33,74	52,32
Суп овощной на мясном бульоне	150	200	88,42	103,94
Тефтели мясные в томатно – сметанном соусе	60/20	70/20	144,68/ 32,28	174,18/ 32,28
Каша гречневая	110	130	83,81	103,8
Лимонный напиток	150	200	31,33	46,71
Хлеб ржаной	30	50	49,62	82,70
Уплотненный полдник				
Овощное рагу	150	180	127,69	156,18
Батон	40	40	85,44	85,44
Фруктовый напиток с соком	180	200	42,78	47,53

Утверждено
Приказом МАДОУ
«Детский сад № 200» г. Чебоксары
№ 41-0 от 27.02.2024

МЕНЮ

На «_____» 2024 г.

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша пшенная	150	200	145,24	186,28
Кофейный напиток с молоком	180	200	110,16	114,71
Батон	30	40	64,08	85,44
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
Второй завтрак				
Яблоко	52,8	52,8	22,17	22,17
Обед				
Салат свекольный	30	50	29,55	46,12
Суп крестьянский на курином бульоне	150	200	108,02	133,13
Суфле куриное	60		139,09	
Гуляш из филе куриного		70		184,9
Макароны отварные	110	130	148,37	170,54
Компот из сухофруктов	150	200	51,15	65,34
Хлеб ржаной	40	50	66,16	82,7
Уплотненный полдник				
Гренки	40	40	187,03	267,18
Суп молочный рисовый	180	200	159,6	169,78
Чай с сахаром	180	200	23,3	31,07

Утверждено
Приказом МАДОУ
«Детский сад № 200» г.Чебоксары
№ 41-0 от 27.02.2024

МЕНЮ

На «_____» 2024 г.

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша «Дружба»	150	200	138,86	185,21
Какао со сгущенным молоком	180	200	122,33	135,92
Батон	30	40	64,08	85,44
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
Второй завтрак				
Сок	100	100	42	42
Обед				
Салат из квашеной капусты	30	50	30,09	47,12
Суп с клецками со сметаной	150	200	124,09	135,17
Рыбные кнели	60	70	72,35	85,77
Картофельное пюре	130	150	126,71	158,37
Компот из свежих яблок	150	200	44,82	45,53
Хлеб ржаной	40	50	66,16	82,7
Уплотненный полдник				
Салат зимний	40	60	59,76	89,64
Пирожок с капустой и яйцом	130	150	231,09	231,09
Чай с соком	180	200	42,78	48,04
Яблоко	95	100	39,9	42