



Утверждено  
 Приказом МБДОУ  
 «Детский сад №76» г. Чебоксары  
 № 53-ОД от 28.02.2024г.

## МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
<b>Завтрак</b>				
Каша пшеничная молочная	180	200	196,28	249,2
Чай с молоком	150	200	120,88	151,66
Батон с маслом	30/5	30/5	102,65	102,65
<b>Второй завтрак</b>				
Сок фруктовый	150	180	63	75,6
<b>Обед</b>				
Салат из квашеной капусты	30	50	30,9	47,12
Суп овощной со сметаной на курином бульоне	150	200	105,04	1405,4
Жаркое по-домашнему	130	150	208,72	240,86
Лимонный напиток	150	200	48,78	56,25
Хлеб ржаной	40	50	82	102,5
<b>Уплотненный полдник</b>				
Яйцо	40	40	54,63	54,63
Овощи тушеные	150	160	133,14	159,4
Чай сладкий	180	200	45,48	53,06
Батон	40	30	92,8	87,2
Печенье	40	20	166,84	87,2