



Утверждено
Приказом МБДОУ
«Детский сад №76» г. Чебоксары
№ 53-ОД от 28.02.2025г.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Перечень блюд	Объем блюда		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша гречневая	130	160	170,23	170,23
Кофейный напиток	200	200	45,48	53,06
Батон с маслом	20/5	35/5	80,08	117,53
Второй завтрак				
Сок фруктовый	150	180	63	75,6
Обед				
Салат из квашеной капусты	30	50	30,9	47,12
Суп гороховый на мясном бульоне	150	200	74,17	118,4
Котлета рыбная	70	70	123,9	123,9
Картофельное пюре	110	130	146,6	158,37
Напиток из свежих яблок	150	200	53,4	57,19
Хлеб ржаной	40	50	88	102,5
Уплотненный полдник				
Пудинг творожный, со сладким соусом	130/20	150/20	343,58	388,89
Чай сладкий	150	200	45,48	53,08
Батон	20	20	69,6	69,6
Яблоко	95	100	39,9	43,36