

УТВЕРЖДЕНО: приказом по МБДОУ  
«Детский сад № 19» г. Чебоксары  
№ 102 от 29.05.2026 г.

Меню приготавливаемых блюд  
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

| Наименование блюд                                        | ОБЪЕМ ПОРЦИЙ (г) |             |                |             |                |                            |
|----------------------------------------------------------|------------------|-------------|----------------|-------------|----------------|----------------------------|
| <b>2 ДЕНЬ</b><br><b>Первая неделя,</b><br><b>вторник</b> | <b>ГКП</b>       | <b>ЯСЛИ</b> | <b>ККАЛ</b>    | <b>САД</b>  | <b>ККАЛ</b>    | <b>ПЕРСОН</b><br><b>АЛ</b> |
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                                    |                  |             |                |             |                |                            |
| Каша манная<br>молочная                                  | 150              | 150         | 130,34         | 200         | 160,79         |                            |
| Какао со сгущенным<br>молоком                            | 180              | 180         | 40,69          | 200         | 41,63          |                            |
| Батон с маслом                                           | 20/5             | 20/5        | 80,08          | 30/5        | 102,65         |                            |
| <b>Всего за завтрак</b>                                  | <b>355</b>       | <b>355</b>  | <b>251,11</b>  | <b>415</b>  | <b>305,07</b>  |                            |
| <b><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></b>                             |                  |             |                |             |                |                            |
| Йогурт                                                   | 100              | 100         | 56,7           | 100         | 56,7           |                            |
| <b>Всего за второй<br/>завтрак</b>                       | <b>100</b>       | <b>100</b>  | <b>56,7</b>    | <b>100</b>  | <b>56,7</b>    |                            |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                                       |                  |             |                |             |                |                            |
| Салат из свежей<br>капусты                               | 30               | 30          | 25,17          | 50          | 39,30          |                            |
| Бульон куриный с<br>гренками                             | 150/1<br>0       | 150/10      | 61,24          | 200/1<br>5  | 76,28          | 200/15                     |
| Плов из отварной<br>курицы                               | 130              | 130         | 246,18         | 150         | 281,21         |                            |
| Компот их<br>сухофруктов                                 | 150              | 150         | 47,84          | 200         | 58,07          |                            |
| Хлеб ржаной                                              | 40               | 40          | 82             | 50          | 102,5          | 50                         |
| <b>Всего за обед</b>                                     | <b>510</b>       | <b>510</b>  | <b>467,67</b>  | <b>665</b>  | <b>564,18</b>  |                            |
| <b><u>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</u></b>                        |                  |             |                |             |                |                            |
| Омлет                                                    |                  | 135         | 199,49         | 150         | 233,13         |                            |
| Кисель                                                   |                  | 150         | 75,44          | 200         | 101,96         |                            |
| Батон                                                    |                  | 20          | 92,8           | 20          | 104,4          |                            |
| Яблоко                                                   |                  | 95          | 39,9           | 100         | 42             |                            |
| <b>Всего за<br/>уплотненный<br/>полдник</b>              |                  | <b>400</b>  | <b>407,63</b>  | <b>470</b>  | <b>481,49</b>  |                            |
| <b>Итого за день</b>                                     |                  | <b>1365</b> | <b>1183,11</b> | <b>1650</b> | <b>1407,44</b> |                            |