

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>3 ДЕНЬ</b><br>Первая неделя,<br>среда       | ГКП              | ЯСЛИ        | ККАЛ           | САД         | ККАЛ           | ПЕРСОН<br>АЛ |
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                          |                  |             |                |             |                |              |
| Каша пшеничная молочная                        | 180              | 180         | 189,42         | 180         | 189,42         |              |
| Чай с молоком                                  | 150              | 150         | 120,88         | 200         | 140,06         |              |
| Батон с маслом                                 | 30/5             | 30/5        | 102,65         | 40/5        | 125,85         |              |
| <b>Всего за завтрак</b>                        | <b>365</b>       | <b>365</b>  | <b>412,95</b>  | <b>425</b>  | <b>455,33</b>  |              |
| <b><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></b>                   |                  |             |                |             |                |              |
| Банан                                          | 100              | 100         | 89,30          | 100         | 89,30          |              |
| <b>Всего за второй завтрак</b>                 | <b>100</b>       | <b>100</b>  | <b>89,30</b>   | <b>100</b>  | <b>89,30</b>   |              |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                             |                  |             |                |             |                |              |
| Помидоры свежие                                | 30               | 30          | 5,97           | 50          | 9,94           |              |
| Рассольник со сметаной<br>на мясном бульоне    | 150              | 150         | 87,48          | 200         | 114,01         | 200          |
| Котлета аппетитная                             | 60               | 60          | 152,65         | 70          | 171,5          |              |
| Каша гречневая                                 | 110              | 110         | 87,54          | 130         | 103,80         |              |
| Томатный соус                                  | 20               | 20          | 12,62          | 20          | 12,62          |              |
| Лимонный напиток                               | 150              | 150         | 48,38          | 200         | 56,25          |              |
| Хлеб ржаной                                    | 40               | 40          | 82             | 50          | 102,5          | 50           |
| <b>Всего за обед</b>                           | <b>560</b>       | <b>560</b>  | <b>476,64</b>  | <b>720</b>  | <b>570,62</b>  |              |
| <b><u>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</u></b>              |                  |             |                |             |                |              |
| Рыбно-рисовая запеканка<br>со сметанным соусом |                  | 180/20      | 260,09         | 200/20      | 301,58         |              |
| Чай с соком                                    |                  | 180         | 64,88          | 200         | 72,48          |              |
| Батон                                          |                  | 20          | 69,6           | 30          | 87,2           |              |
| <b>Всего за уплотненный<br/>полдник</b>        |                  | <b>400</b>  | <b>394,57</b>  | <b>450</b>  | <b>461,26</b>  |              |
| <b>Итого за день</b>                           |                  | <b>1425</b> | <b>1373,46</b> | <b>1695</b> | <b>1583,99</b> |              |