

УТВЕРЖДЕНО: приказом по МБДОУ  
«Детский сад № 19» г. Чебоксары  
№ 118 от 29.06.2026 г.

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

| Наименование блюд                                         | ОБЪЕМ ПОРЦИЙ (г) |             |                |             |                |                            |
|-----------------------------------------------------------|------------------|-------------|----------------|-------------|----------------|----------------------------|
| <b>10 ДЕНЬ</b><br><b>Вторая неделя,</b><br><b>пятница</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 геркулесовая<br>молочная                             | 150              | 150         | 139,32         | 180         | 180,42         |                            |
| Какао со сгущенным<br>молоком                             | 180              | 180         | 40,69          | 200         | 61,43          |                            |
| 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>323,76</b>  | <b>425</b>  | <b>367,70</b>  |                            |
| <b><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></b>                              |                  |             |                |             |                |                            |
| Сок фруктовый                                             | 150              | 150         | 63             | 180         | 75,6           |                            |
| Батон                                                     | 10               | 10          | 26,20          | 10          | 26,20          |                            |
| <b>Всего за второй<br/>завтрак</b>                        | <b>150</b>       | <b>150</b>  | <b>89,20</b>   | <b>180</b>  | <b>101,80</b>  |                            |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                                        |                  |             |                |             |                |                            |
| Огурец свежий                                             | 30               | 30          | 3,30           | 50          | 5,50           |                            |
| Суп картофельный с<br>клецками на мясном<br>бульоне       | 150              | 150         | 124,09         | 200         | 142,65         | 200                        |
| Запеканка картофельная<br>с мясом с томатным<br>соусом    | 130/20           | 130/20      | 234,93         | 130         | 334,47         |                            |
| Компот из свежих яблок                                    | 150              | 150         | 48,56          | 200         | 58,71          |                            |
| Хлеб ржаной                                               | 50               | 50          | 102,5          | 50          | 102,5          | 50                         |
| <b>Всего за обед</b>                                      | <b>490</b>       | <b>490</b>  | <b>513,38</b>  | <b>630</b>  | <b>643,83</b>  |                            |
| <b><u>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</u></b>                         |                  |             |                |             |                |                            |
| Макароны запечённые с<br>яйцом                            |                  | 150         | 257,82         | 200         | 296,66         |                            |
| Яблоко                                                    |                  | 95          | 39,9           | 100         | 42             |                            |
| Чай с соком                                               |                  | 150         | 42,16          | 200         | 72,48          |                            |
| Батон                                                     |                  | 20          | 69,6           | 20          | 69,6           |                            |
| <b>Всего за уплотненный<br/>полдник</b>                   |                  | <b>435</b>  | <b>350,72</b>  | <b>520</b>  | <b>414,11</b>  |                            |
| <b>Итого за день</b>                                      |                  | <b>1440</b> | <b>1322,67</b> | <b>1755</b> | <b>1653,27</b> |                            |