

Утверждено:
приказом МБДОУ
«Детский сад №160 г. Чебоксары
№ О-87 от 28.05.2026 г.

**Меню приготавливаемых блюд
с 12 часовым пребыванием в ДОУ**

Наименование блюд	1-3 года					3-7лет				
<u>9ДЕНЬ</u> Вторая неделя, Четверг	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<u>Завтрак</u>										
Каша манная молочная	180	6,04	8,58	22,14	190,46	180	6,84	8,58	22,14	190,46
Кофейный напиток с молоком	150	3,64	4,16	17,99	120,88	200	4,48	5,12	21,38	145,88
Батон с маслом	30/5	3,91	6,47	14,7	102,65	40/5	5,55	7,89	19,66	125,85
<i>Итого за завтрак</i>	365	13,59	19,21	54,83	413,99	425	16,07	21,59	63,18	462,19
<u>Второй завтрак</u>										
Фруктовый напиток с соком	150	0,15	0,15	8,66	35,65	180	0,18	0,18	10,39	42,78
<i>Итого за второй завтрак</i>	150	0,15	0,15	8,66	35,65	180	0,18	0,18	10,39	42,78
<u>Обед</u>										
Помидор	30	0,18	0,06	1,26	5,97	50	0,3	0,1	2,1	9,94
Суп картофельный с макаронами на Мясном бульоне	150	3,66	3,01	15,62	107,7	200	3,75	4,51	15,91	122,55
Кнели рыбные	60	9,17	2,61	3,22	72,35	70	10,73	3,15	3,84	85,77
Картофельное пюре	110	3,14	3,62	21,74	126,71	130	3,59	4,25	24,43	144,26
Напиток из сухофруктов	150	0,3	-	12,43	47,84	200	0,39	-	15,06	58,07
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	82	50	2,45	0,5	23	102,5
<i>Итого за обед</i>	540	18,41	9,7	72,67	442,57	700	21,21	12,51	84,34	523,09
<u>Уплотненный полдник</u>										
Булочка домашняя	75	6,01	4,72	37	205,54	75	6,01	4,72	37	205,54
Суп молочный рисовый	180	5,64	8,88	21,92	190,02	200	5,49	7,86	24,78	191,75
Чай с лимоном	180	0,003	0,003	11,96	46,35	200	0,003	0,003	11,97	53,93
<i>Итого за упл. полдник</i>	435	11,653	13,603	70,88	441,91	475	11,503	12,583	73,75	451,22
<i>Итого за день</i>	1490	43,803	42,663	207,04	1334,12	1780	48,963	46,033	231,66	1479,28