



Утверждено
Приказом МБДОУ
«Детский сад № 142» г.Чебоксары
№ 82-О.Д от 30.06.2026.

М Е Н Ю
10 день

Перечень блюд	Объем блюд		Калорийность порции	
	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша геркулесовая	150	180	139,32	180,42
Какао со сгущенным молоком	180	200	40,69	61,43
Батон	30	40	65,28	88,48
Масло сливочное	5	5	37,37	37,37
Второй завтрак				
Сок фруктовый	150	180	63	75,6
Батон	10	10	26,2	26,2
Обед				
Огурец свежий	30	50	3,3	5,5
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне №87	150	200	124,09	142,65
Запеканка картофельная с мясом №19	150	170	234,93	304,55
Компот из свежих яблок	150	200	45,82	57,19
Хлеб ржаной	50	50	102,5	102,5
Уплотненный полдник				
Макароны запеченные с яйцом № 208	150		185	
Макароны запеченные с яйцом №208		200		246,66
Чай с соком	150	200	42,16	72,48
Яблоко	95	100	39,9	42
Батон	20	40	69,6	109,8