



Утверждено
Приказом МБДОУ
«Детский сад № 143» г. Чебоксары.
№ 83 – О от 30.05.2025 г.

10 – дневное весеннее меню
для детей от 1-3 – х лет и с 3 – х до 7 лет
4 День

Завтрак				
	ясли	ккал	сад	ккал
Каша геркулесовая	180	180,42	180	180,42
Кофейный напиток с молоком	150	120,88	200	145,86
Батон с маслом	30/5	102,65	40/ 5	125,85
Второй завтрак				
Сок фруктовый	150	63	180	75,6
Обед				
Огурец свежий	30	3,3	50	5,5
Щи из св. капусты со сметаной на к/б	150	94,04	200	109,52
Котлета куриная	60	180,63	70	202,54
Макаронны отварные	110	148,37	130	184,7
Компот из свежих яблок	150	45,82	200	57,19
Хлеб ржаной	40	82	50	102,5
Уплотненный полдник				
Суфле творожное со сладким соусом	140/ 15	249,48	160 /20	336,6
Чай с сахаром	180	23,3	200	31,07
Печенье	40	166,84	40	166,84
Батон	30	87,2	30	87,2
Итого за день ККАЛ:		1547,93		1811,39