

Носкова  
Светлана  
Алексеевна

Носкова Светлана Алексеевна  
сп=Носкова Светлана  
Алексеевна, о=МБДОУ  
Детский сад №162" город  
Чебоксары, ou=Заведующий,  
SN  
483f9700d4acaa964221ed882a  
a6e2c7, email=cheb-  
detsad162k1@rchuv.ru, c=RU  
2026.09.02. 09:05:56 +03'00'

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 146-О  
от 28.08.2026 г.

## МЕНЮ

| Наименование блюд                                 | Объем порций (г) |     | Калорийность порции |        |
|---------------------------------------------------|------------------|-----|---------------------|--------|
| <u>10 ДЕНЬ</u>                                    | возраст          |     | возраст             |        |
|                                                   | 1-3              | 3-7 | 1-3                 | 3-7    |
| <b><u>Завтрак</u></b>                             |                  |     |                     |        |
| Каша геркулесовая молочная                        | 150              | 180 | 127,4               | 146,77 |
| Какао со сгущенным молоком                        | 180              | 200 | 40,69               | 41,63  |
| Батон                                             | 20               | 30  | 79,2                | 85,44  |
| Масло сливочное                                   | 5                | 5   | 37,37               | 37,37  |
| <b><u>Второй завтрак</u></b>                      |                  |     |                     |        |
| Ряженка                                           | 150              | 180 | 94,5                | 113,4  |
| <b><u>Обед</u></b>                                |                  |     |                     |        |
| Салат морковный                                   | 30               | 50  | 24,31               | 40,52  |
| Суп картофельный с клецками на мясном бульоне     | 150              | 200 | 124,09              | 142,65 |
| Запеканка картофельная с мясом, с томатным соусом | 150              | 170 | 234,93              | 304,55 |
| Компот из свежих яблок                            | 150              | 200 | 48,56               | 58,71  |
| Хлеб ржаной                                       | 50               | 50  | 82,7                | 82,7   |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                 |                  |     |                     |        |
| Сырники из творога                                | 130              | 150 | 270,33              | 329,81 |
| Сладкий соус                                      | 15               | 20  | 29,76               | 34,52  |
| Яблоко                                            | 95               | 100 | 39,9                | 42     |
| Чай с соком                                       | 150              | 200 | 42,16               | 72,48  |
| Батон                                             | 20               | 40  | 52,8                | 85,44  |