



УТВЕРЖДЕНО
приказом МБДОУ «Детский сад №180» г. Чебоксары
от 29.06.2026. № ОД 104

МЕНЮ на 13.08.2026

4 день (первая неделя, среда)

Наименование блюд	Объем порций (г)		Калорийность (ккал)	
4 ДЕНЬ Первая неделя, четверг	возраст		возраст	
	1-3	3-7	1-3	1-7
<u>Завтрак</u>				
Каша геркулесовая молочная	150	180	117,95	180,42
Кофейный напиток с молоком	180	200	87,79	145,86
Батон	20	30	80,08	102,65
Масло сливочное	5	5		
<u>Второй завтрак</u>				
Сок фруктовый	150	180	63,00	75,60
Батон	10	10	26,2	26,2
<u>Обед</u>				
Огурец свежий	30	50	3,30	5,50
Щи из свежей капусты со сметаной на курином бульоне	150	200	94,04	109,52
Котлета куриная	50	70	142,47	202,54
Макароны отварные	110	130	148,37	184,70
Компот из свежих яблок	150	200	45,82	57,19
Хлеб ржаной	40	50	82,00	102,50
<u>Уплотненный полдник</u>				
Суфле творожное со сладким соусом	140/15	160/20	249,48	336,60
Печенье	40	40	166,84	166,84
Чай с сахаром	180	200	23,30	31,07
Батон	25	30	65,5	87,20
Наименование блюд	Объем порций (г)		Калорийность (ккал)	
3 ДЕНЬ	возраст		возраст	

Первая неделя, среда	1-3	3-7	1-3	1-7
<u>Завтрак</u>				
Каша пшеничная молочная	150	180	100,61	155,01
Чай с молоком	180	200	105,88	106,81
Батон	20	30	80,08	115,85
Масло сливочное	5	5		
<u>Второй завтрак</u>				
Банан	100	100	89,30	89,30
<u>Обед</u>				
Помидор свежий	30	50	33,74	52,32
Рассольник со сметаной на мясном бульоне	150	200	87,48	114,01
Котлета аппетитная	60	70	152,65	171,50
Каша гречневая	110	130	87,54	103,80
Томатный соус	20	20	12,62	12,62
Лимонный напиток	150	200	48,38	56,25
Хлеб ржаной	40	50	82,00	102,50
<u>Уплотненный полдник</u>				
Рисово-рыбная запеканка со сметанным соусом	180/20	200/20	260,09	301,58
Батон	20	40	69,60	109,8
Чай с соком	180	200	64,88	72,48