



УТВЕРЖДЕНО
приказом МБДОУ «Детский сад №183» г. Чебоксары
Приказ №95 от 27.05.2026



Меню от 1 года до 3 лет 17.06.2026 День

Прием пищи	Перечень блюд	Вес блю да, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецеп туры
			Белки , г	Жиры , г	Угле- воды, г		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	180	5,88	8,42	22,34	189,42	№31
	Чай с молоком	150	3,64	4,16	17,99	120,88	№97
	Батон	30	3,89	2,34	14,72	65,28	№5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	№6
Итого за завтрак			13,43	19,04	55,09	412,95	
Второй завтрак	Банан	100	1,5	0,5	21	89,3	№3
Итого			1,5	0,5	21	89,3	
Обед	Помидор свежий	30	0,18	0,06	1,26	5,97	№61
	Рассольник со сметаной на мясном бульоне	150	2,95	4,16	9,04	87,48	№64
	Котлета аппетитная	60	11,35	9,95	4,97	152,65	
	Каша гречневая	110	2,78	2,78	13,68	87,54	№27
	Томатный соус	20	0,49	0,03	2,74	12,62	№86
	Лимонный напиток	150	0,008	0,008	12,14	48,38	№45
	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	82	№95
Итого			19,71 8	17,38 8	62,23	476,64	
Уплотненный полдник	Рыбно- рисовая запеканка со сметанным соусом	180/ 20	16,04	11,04	23,72	260,09	№66
	Батон	20	2,31	0,9	14,7	69,6	№5
	Чай с соком	180	0,15	-	16,38	64,88	№98
Итого за ужин			18,5	11,94	54,8	394,57	
Итого за день			53,14 8	48,86 8	193,12	1373,46	

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБДОУ «Детский сад №183» г. Чебоксары
Приказ №95 от 29.05.2026

Меню от 3 до 7 лет 17.06.2026 Здень

Прием пищи	Перечень блюд	Вес блю да, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецеп туры
			Белки , г	Жиры , г	Угле- воды, г		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	180	5,88	8,42	22,34	189,42	№31
	Чай с молоком	200	4,48	4,8	20,92	140,06	№97
	Батон	40	5,53	3,77	19,62	88,48	№5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	№6
Итого за завтрак			15,91	21,11	62,92	455,33	
Второй завтрак	Банан	100	1,5	0,5	21	89,3	№3
Итого			1,5	0,5	21	89,3	
Обед	Помидор свежий	50	0,3	0,1	2,1	9,94	№61
	Рассольник со сметаной на мясном бульоне	200	3,77	6,49	13,58	121,49	№64
	Котлета аппетитная	70	11,49	13,5	5,37	171,5	
	Каша гречневая	130	3,29	3,33	16,17	103,8	№27
	Томатный соус	20	0,49	0,03	2,74	12,62	№86
	Лимонный напиток	200	0,01	0,01	14,15	56,25	№45
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	23	102,5	№95
Итого			21,8	23,96	77,11	578,1	
Уплотненный полдник	Рыбно- рисовая запеканка со сметанным соусом	200/ 20	17,72	12,58	27,72	301,58	№66
	Батон	30	2,31	0,9	14,8	87,2	№5
	Чай с соком	200	0,15	-	18,38	72,48	№98
Итого за ужин			20,18	13,48	60,9	461,26	
Итого за день			59,39	59,05	221,93	1583,99	