

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБДОУ «Детский сад №183» г. Чебоксары
Приказ №103 от 30.06.2016



Меню от 1 года до 3 лет 19.08.20 8 день

Прием пищи	Перечень блюд	Вес б люда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецеп туры
			Белки , г	Жиры , г	Угле- воды, г		
Завтрак	Каша пшенная молочная	150	3,91	4,5	14,68	100,61	№31
	Чай с молоком	180	3,64	4,16	17,99	105,88	№97
	Батон	20	1,51	0,18	9,34	42,71	№5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	№6
Итого за завтрак			9,08	12,96	42,05	286,57	
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	0,08	0,04	10,26	43	№80
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	
Итого			0,46	0,42	19,57	82,9	
Обед	Салат из свежей капусты	30	0,5	2,02	1,31	25,17	№70
	Суп овощной на курином бульоне	150	4,42	5,61	9,85	105,04	№86
	Жаркое по- домашнему	130	11,27	12,59	24,86	263,38	№18
	Лимонный напиток	150	0,01	0,01	8,22	33,62	№45
	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	82	№95
Итого			18,16	20,63	62,64	509,21	
Уплотненный полдник	Капуста тушеная с мясом	170	13,02	13,44	11,78	204,3	№21
	Чай сладкий	180	-	-	13,87	53,06	№99
	Батон	30	2,31	0,9	14,8	69,6	№5
	Пряник	30	1,95	2,7	21,9	120	
Итого за ужин			17,28	17,04	62,35	446,96	
Итого за день			44,98	51,05	186,61	1325,64	

приказом МБДОУ «Детский сад №183» г. Чебоксары
Приказ №103 от 30.06.2026



Меню от 3 до 7 лет 19.08.2026 8 день

Прием пищи	Перечень блюд	Вес б люда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецеп туры
			Белки , г	Жиры , г	Угле- воды, г		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	180	5,02	6,02	19,92	155,01	№31
	Чай с молоком	200	3,64	4,2	14,06	106,71	№97
	Батон	30	4,77	3,47	14,72	65,28	№5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	№6
Итого за завтрак			13,45	17,81	48,74	364,37	
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	0,11	0,05	11,69	48,45	№80
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	102
Итого			0,51	0,45	21,49	90,45	
Обед	Салат из свежей капусты	50	0,86	3,04	2,25	39,3	№70
	Суп овощной на курином бульоне	200	4,29	5,21	17,74	131,78	№86
	Жаркое по- домашнему	150	12,63	14,79	28,43	305,95	№18
	Лимонный напиток	200	0,01	0,019	13,68	56,25	№45
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	23	102,5	№95
Итого			20,24	23,56	85,1	635,78	
Уплотненный полдник	Капуста тушеная с мясом	220	12,77	18,07	14,37	285,56	№21
	Чай сладкий	200	-	-	13,87	53,06	№99
	Батон	30	2,31	0,9	14,8	87,2	№5
	Пряник	30	1,95	2,7	21,9	120	
Итого за ужин			17,03	21,67	64,94	545,82	
Итого за день			51,23	63,49	220,27	1636,42	