

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



Меню от 1 года до 3 лет 24.07.2026 10 день

Прием пищи	Перечень блюд	Вес люди а, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецеп- туры
			Белки , г	Жиры , г	Угле- воды, г		
Завтрак	Каша геркулесовая	150	4,88	6,42	15,29	139,32	№26
	Какао со сгущенным молоком	180	1,44	2,11	4,21	40,69	№20
	Батон	30	3,89	2,35	14,72	65,28	№5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	№6
Итого за завтрак			10,23	15	34,26	282,66	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,6	0,6	14,7	63	№80
	Батон	10	0,77	0,3	4,9	26,2	
			0,6	0,9	19,6	89,2	
Обед	Огурец свежий	30	0,21	0,03	0,57	3,3	№16
	Суп картофельный с клетками на мясном бульоне	150	3,88	5,62	14,9	124,09	№87
	Запеканка картофельная с мясом	130/ 20	13,15	10,3	23,85	234,93	№19
	Компот из свежих яблок	150	0,08	0,08	12,22	48,56	№39
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	23	102,5	№95
Итого			19,77	16,53	74,54	513,38	
Уплотненный полдник	Макароны запеченные с яйцом	150	6,8	6,57	28,92	257,82	№208
	Батон	20	2,31	0,9	14,7	69,6	№5
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	№102
	Чай с соком	150	0,15	0,03	16,48	70,11	№98
Итого за ужин			9,64	7,88	69,41	437,43	
Итого за день			41,01	40,31	197,81	1322,67	

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБДОУ «Детский сад №133» г. Чебоксары
Приказ №103 от 30.06.2026



Меню от 3 до 7 лет 24.04.2026 10 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 геркулесовая	180	5,88	8,98	18,95	180,42	№26
	Какао со сгущенным молоком	200	1,5	2,16	6,29	61,43	№20
	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			12,93	19,03	44,9	367,7	
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	0,72	0,72	17,64	75,6	№80
	Батон	10	0,77	0,3	4,9	26,2	
Итого			1,49	1,02	22,54	101,8	
Обед	Огурец свежий	50	0,35	0,05	0,95	5,5	№16
	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	200	4,28	6,59	16,6	142,65	№87
	Запеканка картофельная с мясом	150/ 20	16,23	14,21	33,03	334,47	
	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	14,93	58,71	№39
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	23	102,5	№95
Итого			23,4	21,44	88,51	643,83	
Уплотненный полдник	Макароны запеченные с яйцом	200	10,27	9,21	30,7	296,66	№208
	Батон	40	3,08	1,2	19,6	109,8	№5
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	№102
	Чай с соком	200	0,17	-	19,45	91,48	№98
Итого за ужин			13,92	10,81	79,55	539,94	
Итого за день			51,74	52,3	235,5	1653,27	