

**УТВЕРЖДЕНО**  
**приказом МБДОУ**  
**«Детский сад №205»**  
**г. Чебоксары**  
**№137 от 28.05.2025г.**  
**А.А. Виноградова**

## МЕНЮ на 30 июня 2025г

| Прием пищи             | Наименование блюда                    | Вес<br>блюда  |              |              |               |               |
|------------------------|---------------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| день 1                 |                                       |               | Б            | Ж            | У             | ККАЛ          |
| Завтрак                | Каша гречневая                        | 160           | 4,04         | 3,53         | 1989          | 122,58        |
|                        | Кофейный напиток                      | 200           |              |              | 13,86         | 53,06         |
|                        | Батон с маслом                        | 35/5          | 2,67         | 4,43         | 16,38         | 117,53        |
| <b>Итого</b>           |                                       |               | <b>6,71</b>  | <b>7,96</b>  | <b>50,13</b>  | <b>293,17</b> |
| Второй завтрак         | Сок фруктовый                         | 180           | 0,72         | 0,72         | 17,64         | 75,6          |
| <b>Итого</b>           |                                       | <b>180,00</b> | <b>0,72</b>  | <b>0,72</b>  | <b>17,64</b>  | <b>75,6</b>   |
| Обед                   | Огурец свежий                         | 50            | 0,35         | 0,05         | 0,95          | 5,5           |
|                        | Суп гороховый на мясном<br>бульоне    | 200           | 4,76         | 1,89         | 14,75         | 91,43         |
|                        | Котлета рыбная                        | 70            | 15,03        | 3,8          | 6,3           | 118,02        |
|                        | Картофельное пюре                     | 130           | 3,59         | 4,25         | 24,43         | 144,26        |
|                        | Напиток из свежих яблок               | 200           | 0,07         | 0,07         | 14,59         | 57,19         |
|                        | Хлеб ржаной                           | 50            | 2,45         | 0,5          | 23            | 102,5         |
| <b>Итого</b>           |                                       |               | <b>26,25</b> | <b>10,56</b> | <b>84,02</b>  | <b>518,9</b>  |
| Уплотненный<br>полдник | Пудинг творожный со<br>сладким соусом | 150/20        | 24,21        | 16,18        | 22,34         | 326,29        |
|                        | Чай сладкий                           | 200           |              |              | 13,86         | 53,08         |
|                        | Батон                                 | 20            | 3,46         | 1,35         | 22,05         | 104,4         |
|                        | Яблоко                                | 100           | 0,38         | 0,38         | 9,48          | 43,36         |
| <b>Итого</b>           |                                       |               | <b>28,05</b> | <b>17,91</b> | <b>67,73</b>  | <b>527,13</b> |
| <b>Всего за день</b>   |                                       |               | <b>61,73</b> | <b>37,15</b> | <b>219,52</b> | <b>1414,8</b> |

В соответствии с Приложением №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20